



今より速く！ 第5回「自分最適スピードアップフォーム養成練習会」 初級～中級ランナー対象

全力を出して走るは、実は簡単。一方、全力を使って走るにはコツがある。そんな長距離に対応できる、効率の良い自分最適スピードアップフォームを養成。階段と下り坂も使いながら、インターバル形式での実践練習も。化ける可能性を大いに秘めたフォームカイゼンで、「今より速く！」その願いを冬の本命レースで叶えましょ。

イベント名 今より速く！ 第5回「自分最適スピードアップフォーム養成練習会」
初級～中級ランナー対象

開催日 2018/12/22

受付開始 10:15 ~

申込料 スピードフォーム養成 2,500円

支払方法 会場払い

参加定員 10人

住所 愛媛県松山市松山中央公園

主催者 μさん

お申し込み イベントへのお申し込みはこちらのサイトから！
<https://moshicom.com/21447>



MAP

