



【満員御礼】目標サブ4~サブ3.5対象 正しいランフォーム習得と練習方法【4名9:00~11:00】

今後サブ4-サブ3.5達成したい方対象です、一人ずつフォーム確認を行います、達成するには癖や自己流フォームを改善し正しいフォームを習得することが必要です。そのための練習方法をお伝えできます。前半は短い距離を走ること癖を直し後半の30分のペースランで良い走りをからだに覚えさせましょう。

イベント名 【満員御礼】目標サブ4-サブ3.5対象正しいランフォーム習得と練習方法【4名9:00~11:00】

開催日 2018/11/18

受付開始 12:55 ~

申込料 目標サブ4.5-サブ3.5対象正しいランフォーム習得と練習方法【4名9:00~11:00】4,000円

支払方法 会場払い

開催場所 犀川緑地公園
(大桑ぐるぐる広場集合)

住所 石川県金沢市西大桑町大桑町八

主催者 Run Grow Kanazawa
【running&conditioning】

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/22531>

MAP

