後半失速しない「脚トレ」

フルマラソンで一番シンドイ「30kmの壁」
それさえ乗り越えられれば、サブ４、自己ベストが見えてくるのに・・・というあなたへ
自宅でできる脚トレを覚えて壁の先を目指しませんか？

イベント名	後半失速しない「脚トレ」
開催日	2018/11/27
受付開始	19:45 ～
申込料	楽に走りための「体幹」 1,500円
支払方法	会場払い
参加定員	15人
開催場所	アルペンフィットネスクラブ 丸の内タワー
住所	愛知県名古屋市中区丸の内２丁目９－４０
主催者	マラソンのロジカル先生
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/22819

MAP