

1mも走らない!!

Runner's club house
Zephyr

走るための 走らないマラソン講座

あなたは、マラソンの練習のためと
いきなり走り始めていませんか?
怪我なく気持ちよく完走するためには、
いきなり走っちゃダメ!
まず走る前に知っておきたい5つの秘密を、特別に教えちゃいます♪

講師は東京で大人気の
山本大二朗さん!!
わかりやすく面白い
レッスンが好評です!

2019.4.6.(土) 10:00~

【名古屋】走るための『走らない!』ランニング講座

気軽に始められるランニング。でも、気軽だからって、いきなり走っては怪我のリスクが高まります。気持ちよく健康的に走るための準備についてお話しします。

イベント名	【名古屋】走るための『走らない!』ランニング講座
開催日	2019/4/6
受付開始	10:00 ~
申込料	走らないランニング講座参加チケット 500円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
開催場所	庄内緑地周辺（詳細は参加者に連絡します。）
住所	愛知県名古屋市西区山田町大字上小田 井敷地 3 5 2 7
主催者	池田 賢一
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/27279

