



## 坂道の走り方&筋力トレーニング

坂道の効率的な走り方と筋力アップの為にトレーニング方法をご提案致します。アップダウンのあるコースが苦手の方、脚力を強化していきたい方にオススメの講座です。

イベント名	坂道の走り方&筋力トレーニング
開催日	2019/7/13
受付開始	12:50 ~
申込料	フォーム改造の為にドリルトレーニン グ&セルフケア 2,500円
支払方法	会場払い
開催場所	jog's Space
住所	神奈川県横浜市港北区新横浜2 - 14 - 8 オフィス新横浜406
主催者	jogsuke

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/29119>



### MAP

