



ランニングフォームクリニック 大阪城

ランニングの基本はランニングフォーム。腕の振り方、脚の着地点、坂道・下り坂の走り方等知るだけで、同じ脚力でも楽に走る方法をジョグをしながら、改善していきます。私自身、フルマラソンを3時間ギリギリしてからは2時間50分台で完走し、怪我に負けない筋トレ等にも取り組み、そちらもお伝えします。

イベント名	ランニングフォームクリニック 大阪城
開催日	2019/6/1
受付開始	9:30 ~
申込料	練習会チケット 1,000円
支払方法	会場払い
参加定員	3人
開催場所	大阪城噴水前
住所	大阪府大阪市中央区大阪城
主催者	tamasaturday

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/29887)
<https://moshicom.com/29887>

