



8.19【ゆるラン】ゆっくりペースでの超初心者向けランニングレッスン 夏休み特別企画実施中！

ゆる～く身体を動かしたい方・走ってみたいけれど何から始めたら良いのかわからない方へ、ストレッチ・ウォーキング・ランニングフォーム・体の使い方を初心者向けにレッスンします。ゆっくり走ることによってレッスン内容をより意識して走ることが出来ます。疲労回復・ストレス解消にも効果があります！ランニングを習慣化したい！継続して走りたいと思われる方は是非！

8月の特別企画期間中は500円で参加できます！

イベント名	8.19【ゆるラン】ゆっくりペースでの超初心者向けランニングレッスン 夏休み特別企画実施中！	
開催日	2019/8/19	
受付開始	19:10 ~	
申込料	【ゆるラン】参加チケット	当日支払
	8月特別企画価格 500円	
支払方法	会場払い	
参加定員	20人	
開催場所	尾道駅前芝生広場	
住所	広島県尾道市東御所町8	
主催者	セトナミスポーツクラブ	
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/31914	

