



## 【埼玉・飯能】2019.11.23（土）飯能ベアフットマラソン×ケニア式ベアフットランニング教室！

ケニア人の体の使い方を実践して、ランニングエコノミーの向上を目的とするベアフットランニング教室です。ケニア人の体幹の動かし方や、体幹を使った効率的なフォームに挑戦してみませんか。初心者から上級者までお気軽にどうぞ！

イベント名	【埼玉・飯能】2019.11.23（土）飯能ベアフットマラソン×ケニア式ベアフットランニング教室！
開催日	2019/11/23
受付開始	9:45 ~
申込料	一般 2,500円 学生 1,500円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
開催場所	加治神社広場
住所	埼玉県飯能市中山 7 1 6
主催者	裸足ランニング

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/35270](https://moshicom.com/35270)

