はじめての大阪長居ランニング練習会マラソンフォーム「カイゼン」

気分爽快！ケガ少なく長く、美しいフォームで走りたい。長居の人気ランニング練習会です。雰囲気は学生時代の部活動のようで熱気ムンムン。ランニング前の動的ストレッチ、筋トレなどが学べ、みんなと走ることで自分ではできない練習ができます。高校生から70代まで、マラソン初心者から経験者まで幅広い方が参加されています。一度体験参加しませんか？

イベント名	はじめての大阪長居ランニング練習会 マラソンフォーム「カイゼン」
開催日	2020/3/4
受付開始	19:20 ～
申込料	一般 2,000円 学生割引（学割：小学生～大学生） 1,000円
支払方法	会場払い
開催場所	JR・地下鉄「長居」駅より徒歩すぐ（長居公園南西口のセブンイレブン前ベンチ付近に集合）
住所	大阪府大阪市東住吉区長居公園南西口
主催者	トレイルランナーズ大阪
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/36085

MAP