



## 坂道上下り対策編！ 「ランニングフォーム自分最適化クリニック」 坂苦手ランナー対象

レース中、坂道が目の前に見えてきただけで、ネガティブ度急上昇しちゃう、あなたへ。上り坂・下り坂の上手な走り方のコツ、および、ちょっとしたテクニック。知らなきゃ辛いだけ、知っておかなきゃダメージ大きいだけ。そんな坂道攻略ポイントを、まずご伝授。さらに、お一人5分程度で、個別にランニングフォームチェック&アドバイス。

イベント名	坂道上下り対策編！「ランニングフォーム自分最適化クリニック」 坂苦手ランナー対象
開催日	2016/12/23
受付開始	10:00 ~
申込料	坂道対策クリニック 2,000円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
開催場所	松山中央公園
住所	愛媛県松山市市坪西町
主催者	μさん
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！ <a href="https://moshicom.com/3621">https://moshicom.com/3621</a>

