

ランニング超入門

♥ビギナーさん大集合♥

お申し込みは
お早めに!!

1月14日(火) 19:00~20:30
1月28日(火) 19:00~20:30

コーチと一緒に大阪城公園内をジョギングするクラスです！
皆さまのランニングフォームをコーチがチェックし、アドバイスさせていただきます。
ランニングをはじめてみたけれどなかなかはじめられなかった方、
お仕事終わりに軽く身体を動かしたい方、ランナー友達を作りたい方などに
おススメの練習会です★
走行距離は約3km~5kmです。(変動有)

定員 30名

料金 法人 1,000円(税込)
一般 1,500円(税込) ※利用料込の金額です

申込方法 ランニングベース大阪城フロントor電話予約
→ランニングベース大阪城にてお支払い
TEL☎:06-6450-6613

コーチ紹介
山本芳弘(スポーツクラブNAS株)
奈良県添上高校→トヨタ紡織→NTN
フルマラソン自己ベスト2時間13分22秒
ハーフマラソン自己ベスト1時間2分3秒
世界ハーフマラソン日本代表
国民体育大会2位

1月28日【超入門】ランニングベース大阪城ランニング教室

大阪城公園内をジョギングしながらコーチが

皆さまのランニングフォームをチェックし、アドバイスさせていただきます。

ランニング初心者の方、フルマラソンに挑戦したい方、フォームが気になる方、

ランニング仲間を作りたい方などにおススメの練習会です 走行距離は約3km~5kmです。(変動有)

イベント名	1月28日【超入門】ランニングベース大阪城ランニング教室
開催日	2020/1/28
受付開始	7:30 ~
申込料	施設利用(ビジター)+練習会 1,500円 施設利用(法人会員)+練習会 1,000円
支払方法	会場払い
参加定員	30人
開催場所	ランニングベース大阪城
住所	大阪府大阪市中央区大阪城3-1
主催者	RUNNING BASE 大阪城

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/37820>

