



## 突貫レース対策ジタバタ練習会（10名） 初級～中級ランナー対象

シーズンフィナーレを気持ちよく飾るべく、そして来シーズンへも繋げるべく、やれることはまだある！ジタバタあがいても、身体強化による走力UPは、もう限りなくゼロ。とはいえ、本番当日のタイムUPが見込める突貫対策は、まだ、ある！！マラソン完走に欠かせぬフォームはもちろん、事前準備や本番マルチテクニック、考え方の誤解払拭など、即効性を見込める形でご伝授。最後まで、あがき切る！（笑）

イベント名	突貫レース対策ジタバタ練習会（10名） 初級～中級ランナー対象
開催日	2020/3/15
受付開始	8:40～
申込料	突貫レース対策ジタバタ練習会 2,000円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
住所	愛媛県松山市城山堀之内公園
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！  
https://moshicom.com/37967](https://moshicom.com/37967)

