



はじめての大阪城ランニング練習会マラソンフォーム「カイゼン」

ケガ少なく長く、走り続けたい方へ。2012年から400回以上のロングラン開催。学生時代の部活動のような雰囲気。しんどいながらもいい汗を流したい方におすすめ。ランニングに必要な柔軟性向上、筋力強化、体幹強化など総合的に練習できるグループランニング練習会です。小学生から60歳代、男女幅広い年齢の方が参加されています。ぜひ一度体験参加しませんか？

| | |
|-------|---|
| イベント名 | はじめての大阪城ランニング練習会マラソンフォーム「カイゼン」 |
| 開催日 | 2020/11/12 |
| 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）、 レギュラー 1,000円 |
| 支払方法 | 会場払い |
| 開催場所 | 大阪赤十字社会館の正面前空き地（ 大阪・地下鉄天満橋駅より徒歩3分、大 手前交差点すぐ） |
| 住所 | 大阪府大阪市中央区大手前2-1-7 |
| 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/39294 |

