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」

気分爽快！ケガ少なく長く、美しいフォームで走りたい。8年連続開催、大阪城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、初心者からサブ4、3時間ランナー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	2020/10/15
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（京阪・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/39299

MAP