# 福岡・沖コーチの5km・10kmを力みすぎず速く走るコツ&ランニング練習

**春の季節はマラソンの基礎になるスピードをつける時期。**
**そのスピードをつけるための手段としてオキコーチの面白い練習をやりませんか？**

| | |
|---|---|
| イベント名 | 福岡・沖コーチの5km・10kmを力みすぎず速く走るコツ&ランニング練習 |
| 開催日 | 2020/4/17 |
| 受付開始 | 19:30 ～ |
| 申込料 | メンバーの方(一度参加したことのある方) 3,000円<br>初めて参加の皆様*2回目以降は割引になります 3,500円 |
| 支払方法 | 会場払い |
| 開催場所 | 大濠公園前のワンパーク大濠店の前 |
| 住所 | 福岡県福岡市中央区大濠公園 |
| 主催者 | ORC(オキランニングクラブ/<br>プロランニングコーチ沖 和彦) |
| 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！<br>https://moshicom.com/39995 |

MAP