★マラソンスピードUPフォーム養成教室（実践インターバル走つき） ※初級～中級ランナー対象

全力を出して走るは、実は簡単。一方、全力を使って走るにはコツがある。そんな長距離に対応できる、効率の良い自分最適スピードUPフォームを養成。最後は、みんなでインターバル形式でのおさらい実践練習で、ちとヒィハァ締め。化ける可能性を大いに秘めたフォームカイゼンで、「今より速く！」その願いを叶えましょ。

イベント名	★マラソンスピードUPフォーム養成教室（実践インターバル走つき） ※初級～中級ランナー対象
開催日	2020/5/23
受付開始	9:00 ～
申込料	スピードUPフォーム養成教室 2,500円
支払方法	会場払い
参加定員	8人
住所	愛媛県松山市松山中央公園
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/40894

MAP