



【9月10日】木曜モーニングラン教室

土日以外の平日の午前中開催の練習会です。内容はドリルによるランニングフォームの改善、1分1分のファルトレク10セットのトレーニングによる乳酸閾値向上。この2点です。コーチはランバディの伊藤が務めます。

| | |
|-------|---|
| イベント名 | 【9月10日】木曜モーニングラン教室 |
| 開催日 | 2020/9/10 |
| 受付開始 | 8:50 ~ |
| 申込料 | 参加チケット 2,000円 ランバディ会員用チケット 1,000円 |
| 支払方法 | 会場払い |
| 参加定員 | 20人 |
| 開催場所 | 大阪府営久宝寺緑地公園 |
| 住所 | 大阪府八尾市西久宝寺136 |
| 主催者 | ランバディ・ランニング・クラブ |
| 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/45078 |



MAP

