



## 実業団選手が実践している走らなくても走力アップにつなげる方法

走ることだけがトレーニングではありません。走ることは行わず、マラソンの補助トレーニングを中心にを行います。フォームを良くしたい、故障なく継続して走りたいなど、これらを改善していくうえで走ることだけでは限界があります。この機会に補助トレーニングの重要性を感じてください。

イベント名	実業団選手が実践している走らなくても走力アップにつなげる方法
開催日	2020/9/19
受付開始	11:00 ~
申込料	実業団選手が実践している走らなくても走力アップにつなげる方法 1,500円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	平河町森タワー1F adidas RUNBASE
住所	東京都千代田区平河町2-16-1
主催者	TRACK TOKYO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！ <a href="https://moshicom.com/45378">https://moshicom.com/45378</a>

