



【火曜日自立型練習会】動画アドバイス付き@みなとの森公園 どなたでも参加可能

適切な設定や目標を一緒に考えて実践する自立型の練習会です。練習前後にフォーム改善の動きづくり運動やチューブトレーニング、体幹トレーニングなど基礎的な運動能力を高める運動を実施します。動画を撮影し、その都度修正しながら練習を実施していきます。後日、参加者のみが見られる限定公開でyoutubeにアップします。長期的な視点で無理なく楽しく走れるようになることが目的の練習会です。

イベント名 【火曜日自立型練習会】動画アドバイス付き@みなとの森公園
どなたでも参加可能

開催日 2020/11/10 ~ 2020/11/24

受付開始 19:15 ~

申込料 11/10(火)参加します 1,500円
11/17(火)参加します 1,500円
11/24(火)参加します 1,500円 ...他

支払方法 会場払い

開催場所 みなとの森公園時計台前

住所 兵庫県神戸市中央区浜辺通

主催者 kusu

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/47476>



MAP

