★「坂」でつくるランニングフォーム養成教室（基礎づくり編）

ランニングフォームは坂でつくる！筋力や心肺の強化を目的に走る場所じゃない、走ってる場合じゃない。上り坂と下り坂は、あなたの自分最適ランニングフォームをつくり、磨きをかける目的で走る場所なんです。東京世田谷で丸9年間、「坂道は嫌いなままでも、得意にはなれる！」と、計152回の坂道シリーズイベントを開催してきた私が、そう断言いたします。そうなんです、走りが覚醒されるランナーさんって、そこが違うんです。

イベント名	★「坂」でつくるランニングフォーム養成教室（基礎づくり編）
開催日	2021/4/24
受付開始	8:40 ～
申込料	坂でつくるフォーム養成教室（基礎編） 5,000円
支払方法	会場払い
参加定員	8人
住所	愛媛県松山市愛媛県総合運動公園集合
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/52702

MAP