# 【大人・子供ok】嵐山東公園「足を前でさばく？後ろに流しすぎない？」フォーム改善& ランニング練習会

大人から学生(小中学生や高校生)まで誰でも参加できます。 足のさばき方というものを見直して自分の走りの弱点や改善点を直したいと言う方にお薦めです。足が流れない走りを練習を通して学んでランニングエコノミーをあげていきましょう！

| | |
|---|---|
| イベント名 | 【大人・子供ok】嵐山東公園「足を前でさばく？後ろに流しすぎない？」フォーム改善& ランニング練習会 |
| 開催日 | 2021/5/1 |
| 受付開始 | 9:30 ～ |
| 申込料 | スペシャルプライス 2,000円<br>親子参加 3,000円 |
| 支払方法 | 会場払い |
| 開催場所 | 嵐山東公園の運動広場に集合(※トイレ直ぐ近くにあります) |
| 住所 | 京都府京都市西京区嵐山東一川町 |
| 主催者 | ORC(オキランニングクラブ/<br>プロランニングコーチ沖 和彦) |
| 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！<br>https://moshicom.com/54183 |

MAP