



## 長居ランニング練習会：マラソン走りの教室「カイゼン」

ランニングでケガ少なく、長く走り続けたい。2012年から600回以上開催！少人数制のグループ練習会でランニングに必要な柔軟性、筋力、バランス、リズム感など幅広く鍛えられます。初心者から経験者まで、マラソンランナーにトレイルランナー、スパルタンレースを目指す人までトレーニングを楽しんでいます。一度体験参加しませんか？

イベント名 長居ランニング練習会：マラソン走りの教室「カイゼン」

開催日 2021/7/28

受付開始 19:20 ~

申込料 一般 2,000円  
学生割引（学割：小学生～大学生）、  
レギュラー 1,000円

支払方法 会場払い

開催場所 セブンイレブンヤンマースタジアム長居店跡地（ピンク色のシャッター建物）横に集合。（JR・地下鉄「長居」駅、長居公園の南西口より左の時計まわりに徒歩約7分）

住所 大阪府大阪市東住吉区长居公園 1 - 1

主催者 トレイルランナーズ大阪

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/57253>

### MAP

