



## 【走り方改革集中プログラム】 1.姿勢&重心移動編 2.腕振り編 3.着地編

昨年4月から効率的に 楽に速く 走るための「#ECOフォーム練習会」をリニューアルし、各回お悩み改善に繋がるテーマを深掘り！基礎とはいえ少し深めの内容で走り方改革。全10回を沢山の方にご参加いただきました！そして、マラソンシーズンのため今までの内容を網羅して2月に集中的に行います！『以前から気になっていたけど参加出来なかった』という方もお待ちしております！

イベント名	【走り方改革集中プログラム】 1.姿勢 &重心移動編 2.腕振り編 3.着地編
開催日	2022/2/13 ~ 2022/2/23
受付開始	9:15 ~
申込料	【55名満員御礼】 2/13(日) 『 姿勢&重心移動編+1kmTT』(今回から参加の方) 3,000円 【45名満員御礼】 2/19(土) 『 腕振り編 +坂道攻略ラン』(今回から参加の方) 3,000円 【45名満員御礼】 2/23(祝水) 『 着地編 +1kmTT』(今回から参加の方) 3,000円 ...他
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	明治神宮外苑 聖徳記念絵画館前通り
住所	東京都新宿区霞ヶ丘町2-1
主催者	黒川遼/走り方改革ランニングトレーナー



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/64815>

