



岐阜沖コーチの1DAYランニングセミナー【午前ロード・午後トレラン講習】

ロードラン練習ではバランス力を上げる取り組みかたや、走りの練習を。昼からは石津御嶽を利用しての講習&実際に2.2kmを走り&パワーウォークで進んでいく練習。ロードに繋がる練習。片方だけの参加もok

イベント名	岐阜沖コーチの1DAYランニングセミナー【午前ロード・午後トレラン講習】
開催日	2022/3/6
受付開始	10:00 ~
申込料	【午前】ロード練習会 3,000円 【午後】トレラン講習&練習会 3,000円 【午前+午後両方参加】 5,000円
支払方法	会場払い
開催場所	平田リバーサイドプラザトイレ付近
住所	岐阜県海津市平田町野寺
主催者	ORC(オキランニングクラブ/ 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！ https://moshicom.com/66345

