はじめての大阪城ランニング練習会「カイゼン」

美しく、楽に、長く走れるようになりたい方！大阪城練習会「カイゼン」は2012年に開講し10年になるグループランニング練習会です。専門のコーチが指導をし、継続参加することで効率的な走りが身に着き、怪我のリスクを減らせます。雰囲気は学生時代の部活のようで、参加者の年齢は10代から70代まで幅広く、減量・ダイエット目的の方、新しい趣味・運動を始める方も多くいます。一度体験参加しませんか？

イベント名	はじめての大阪城ランニング練習会「カイゼン」
開催日	2022/9/22
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	19:30 大阪城公園 外堀空き地に着替えて集合（受付19:20～）最寄りは京阪・地下鉄天満橋駅3番出口より大手前交差点まで徒歩３分。集合場所は「大阪赤十字会館」または「大阪府立大手前高校前」の道路を渡った正面、わかりやすいのは外堀「タクシー乗り場の横」です。
住所	大阪府大阪市中央区大手前2-1-7
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/67539

MAP