



【5月8日】14:00～15:30【ランニング基礎トレーニング教室 西宮・苦楽園】基礎から始めよう！

【シャワー室完備】お一人様、親子でも参加できます。成人向けの練習は、マラソン完走！
お子様は、かけっこ練習、マラソン練習となります。ランニングを始めたいけど中々始める事が難しい。
どんな練習をすればいいのか...一人で始めるには勇気がいる。体のどの部分を鍛えればいいのか。
ひとつひとつのポイントを丁寧にお伝えします。きっと走る事が好きになりますよ！

イベント名	【5月8日】14:00～15:30【ランニング基礎トレーニング教室 西宮・苦楽園】基礎から始めよう！
開催日	2022/5/8
受付開始	14:00～
申込料	ゆるラン教室 2,000円
支払方法	会場払い
開催場所	申込者のみに公開
住所	兵庫県西宮市
主催者	レゴリススポーツ
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/68866

