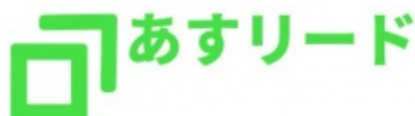


2022年 あすリードマラソン講座 (2)

2022年5月5日(祝・木)



2022年あすリードマラソン講座(2) 市民マラソンランナーに適した夏の練習法：起伏活用編

年間に4回実施する講座の2回目です。秋のフルマラソンレースを見据えて、今はランニング知識を習得し、かつ夏の練習法の工夫の仕方を学ぶ時期です。今回も理論講習の後の走練習では、園内のいろいろなコースを活用し新鮮で効果的な練習法をご指導します。

イベント名	2022年あすリードマラソン講座(2) 市民マラソンランナーに適した夏の練習法：起伏活用編
開催日	2022/5/5
受付開始	9:10 ~
申込料	土日祝練習会4回・回数券利用: 無料 土日祝練習会8回・回数券利用: 無料 1回参加: 2,500円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	甲山森林公園 パークセンター
住所	兵庫県西宮市甲山町43
主催者	あすリード

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/68989>



MAP

