



## 砧公園クロカントレーニング シカゴマラソン入賞ランナー直伝！

下肢には多数の筋があります。これらの筋がどれくらいの大きさと力をどのようなタイミングで、どのような組み合わせで発揮しているか、クロカントレーニングの中で理解できるレッスンをを行います！

イベント名	砧公園クロカントレーニング シカゴマラソン入賞ランナー直伝！
開催日	2022/5/8
受付開始	8:45 ~
申込料	レッスン参加チケット 3,000円
支払方法	クレジット決済
住所	東京都世田谷区砧公園
主催者	(社) RunningAbilityJapan
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！ <a href="https://moshicom.com/69414">https://moshicom.com/69414</a>

