



## 成瀬康夫の トレイルランニング 基本技術習得セミナー (初級者向け) in鎌倉

トレイルランニングの登り、下り、平地での効率的な身体の動かし方、走り方をレクチャー。各ポイントで反復練習を繰り返し、自己分析、フィードバックをし、疑問点はその場で解決。

トレイルランニングをより快適に、楽に、速く走れるようになってもらうための講習会。

初中級者  
向け

女性にも  
オススメ

距離ではなく  
技術重視

## トレイルランニング基本技術習得セミナー in 鎌倉

トレイルランニングの登り、下り、平地での効率的な身体の動かし方、走り方をレクチャーします。各ポイントで反復練習を繰り返し、自己分析、フィードバックをし、疑問点はその場で解決していきます。トレイルランニングをより快適に、楽に、速く走れるようになってもらうための講習会です。初級者向けですが、中級者以上の方にもおすすめのプログラムです。

イベント名 トレイルランニング基本技術習得セミナー in 鎌倉

開催日 2022/5/28

受付開始 8:30 ~

申込料 トレイルランニング基本技術習得セミナー 3,300円

支払方法 会場払い

開催場所 OSJ湘南クラブハウス

住所 神奈川県鎌倉市材木座6-4-27

主催者 OSJ湘南クラブハウス

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/70241>



### MAP

