



## 走力&フォームチェック練習会（5000m走+10km走）（東温重信川） オプション教室あり

「彼（マラソン）を知り己を知れば高みへと」今のあなたの走力、どの程度？現状の自身の走りを知り、今後の練習やトレーニングに活かすべく、定期的チェックはオススメ。今回は、5000m走（フォーム撮影つき）+10km走。スピード強化とフォーム養成も兼ねて、マイペースでご機嫌に疾走を。参加者限定オプションとして、「今より速く！」「今よりラクに！」のオプション教室もご用意。上手にご活用ください。

イベント名	走力&フォームチェック練習会（5000m走+10km走）（東温重信川） オプション教室あり
開催日	2023/1/9
受付開始	8:50 ~
申込料	走力&フォームチェック練習会 1,500円
支払方法	会場払い
参加定員	15人
住所	愛媛県東温市重信川かすみの森公園集合
主催者	ランナーズμ（愛媛松山・東京世田谷・お四国・東温）
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/78169">https://moshicom.com/78169</a>

