

マラソンやハーフに向けた練習

沖コーチの皇子山ナイター練習会

12月はフィジカルを整えるトレーニング



12.3(土)・12.11(日)・12.17(土)・12.24(土)

コンディショニング有

ペースメイク可能

1~3人迄の少人数制

キッズ参加可

【12月週末】皇子山フルマラソンの為のスピードトレーニング&小・中学生中長専門トレーニング

少人数制(大人3人以内、子供3人以内)の教室を、土曜or日曜の夜もしくは夕方から皇子山の陸上競技場にて開催。子供たちの参加はしっかり800m~3km速くなりたい子などの参加可能です。大人の方はレベル特に関係なくマラソンしっかり走れるようになりたい方にオススメ。

イベント名	【12月週末】皇子山フルマラソンの為のスピードトレーニング&小・中学生中長専門トレーニング
開催日	2022/12/1 ~ 2022/12/31
受付開始	17:00 ~
申込料	【12.3土曜】大人(1人なら¥3500-) 競技場代含む値段 2,700円 【12.11日曜】大人(1人なら¥3500-) 2,700円 【12.17土曜】大人 1人なら¥3500-2,700円 ...他
支払方法	会場払い
開催場所	皇子山陸上競技場、入り口前
住所	滋賀県大津市御陵町
主催者	ORC(オキランニングクラブ/ プロランニングコーチ沖 和彦)



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/78656>

