

管理栄養士が教える

ロングレースの 補給対策

2/24 20:30~「理論編」

3/5 20:30~「応用編」

WEB開催
録画配信あり



RUNGRY 栄養部 ロングレースの補給法

ロングレースの補給に悩んでいませんか? 「胃腸トラブルで・・・」とはよく聞く話です。トレーニングも大切ですが、実力を発揮するためのマネジメントも大切ですよね。その1つ、補給法を学びましょう。講師はフル2時間30分の記録を持つ、ランニングに詳しい管理栄養士が務めます。春の100マイル、皆様の健闘を願っています。

イベント名	RUNGRY 栄養部 ロングレースの補給法
開催日	2023/2/24 ~ 2023/3/8
申込料	理論編 2,500円 2日間セット 4,000円 応用編 2,500円
支払方法	クレジット決済
主催者	RUNGRY
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/82271

