

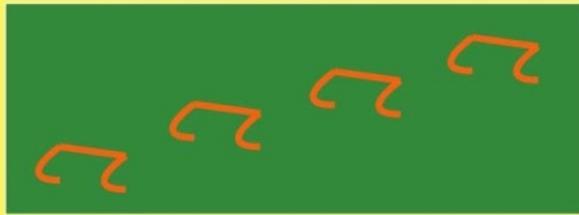
ミニハードルお試し会

2023.3.8 (水) PM19:00 ~

場所：富山市五福公園

たかさ16cmのハードルをとんだり、駆けぬけたりと
いろいろな方法で越えて体の使い方、動かし方を身につけます。
手のひらサイズの高さなので誰でも越えられますよ

簡単な動作ですが、ランニング時の無駄な動きの改善に役立つと
思いますので体験してみませんか？



主催：はうはうす

ミニハードル体験会

ミニハードルという高さ16センチの障害を跳んだり、駆け抜れたりして越えていきます。
その際にランニングに必要な動きが身に付きます。細かなタイミングや動きのズレなどが解消されランニングが楽になる方もいらっしゃいますので体験してみませんか？

イベント名	ミニハードル体験会
開催日	2023/3/8
受付開始	18:45 ~
申込料	体験会チケット 無料
参加定員	10人
開催場所	五福公園
住所	富山県富山市五福5区1942
主催者	はうはうす
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/83325



MAP

