



ランニング経験者向け / もっと速く・楽に走るためのランニングステップアップ講座

普段ランニングをしている方に向けて、走るときの「姿勢」や「腕振り」を改善することでもっと速く・楽に走れるようになる為のステップアップ講座です。

走るコツを知ること、これまで自己流で走っていた方も驚くほどご自身のランニングに改善が感じられるはずです。

プロから正しいフォーム・正しい走り方を学び、ランニング効果を最大化してください。走りながらフォームを修正していきます。

イベント名	ランニング経験者向け / もっと速く・楽に走るためのランニング ステップアップ講座
開催日	2023/4/22
受付開始	10:45 ~
申込料	ランニング経験者向け / もっと速く・楽に走るためのランニング ステップアップ講座 500円
支払方法	会場払い
開催場所	コアデザイン
住所	東京都目黒区柿の木坂1-30-6 杉浦ビル4階
主催者	Do & Do. 株式会社
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/83981

