



## 第2回カスミ練 足がスイスイ進むドリルレッスン!

コンセプトは、「楽しみながらラクに速く走るコツを知る!」今回は、ミニハードルを使ったトレーニングで、スイスイ走る感覚を掴んでいただきます(^\_^)最後は、身体感覚を確かめながら1~3を自由なペースで走ってみましょう!

イベント名	第2回カスミ練 足がスイスイ進むドリルレッスン!
開催日	2023/4/22
受付開始	9:15 ~
申込料	練習会参加チケット 500円 練習会参加チケット(パーソナル会員) 無料
支払方法	会場払い
開催場所	青葉公園
住所	北海道千歳市真町
主催者	高浜 香澄

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/85123>

