



～トレラン大会出る人のソフトTr～【沖コーチの比叡山トレラン練習】&坂本老舗パン屋旅

【5.2火曜開催】比叡山インターナショナルショートやその他トレラン大会(30km前後まで)に必要な筋力や体の動きのトレーニングなど行います(走る前にコンディショニング実施)ヨガマット持参できる方は持参下さい。終わってから任意の交流会(ランチ)有。コーチは比叡山インターナショナルショート2022走破の沖コーチ

イベント名	～トレラン大会出る人のソフトTr～【沖コーチの比叡山トレラン練習】&坂本老舗パン屋旅
開催日	2023/5/2
受付開始	8:30 ~
申込料	練習会参加費 3,000円
支払方法	会場払い
開催場所	大宮観光駐車場
住所	滋賀県大津市坂本
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/85163

