坂道走り方講座

坂道の効率的な走り方をご提案致します！ 自宅の周りが坂道だらけでしんどい、トレイルランに活かしたい方にお勧めの講座です！登りはもちろん、下りの走り方は自己流で行なうと、疲労の蓄積でケガに繋がりますので、坂道の走りに自信がないという方は、是非お越しください！

イベント名	坂道走り方講座
開催日	2023/7/1
受付開始	12:50 ～
申込料	坂道走り方講座 3,000円
支払方法	会場払い
開催場所	jog's Space
住所	神奈川県横浜市港北区新横浜2－14－8 オフィス新横浜406
主催者	jogsuke
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/86812

MAP