



## 明石公園陸上競技場 タイムトライアル&短距離専門コ - チが教えます長距離が速くなるランニングドリル教室

兵庫マスタ - ズ長距離主催の練習会の案内です。計測は手動システムウオッチで1/100秒まで計測します。走力、年齢に関係なく一斉スタートで行います。今回は、短距離専門コ - チによるランニングドリル教室を行ないます。スピード強化やランニングエコノミ - 向上に有効なドリルを学べるチャンスです。ランニングドリルだけの方、短距離を始めたい方のご参加も歓迎。

イベント名	明石公園陸上競技場 タイムトライアル & 短距離専門コ - チが教えます長距離 が速くなるランニングドリル教室
開催日	2023/7/22
受付開始	16:15 ~
申込料	明石公園タイムトライアル 無料
開催場所	きしろスタジアム
住所	兵庫県明石市明石公園 1 - 2 7
主催者	えび練
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！ <a href="https://moshicom.com/88953">https://moshicom.com/88953</a>

