

ランニングフォームを変えるドリル
フォームチェンドリル
 10月8日(日)
 15:00~16:30 ¥2,200

徳島中央公園
鷲の門広場前開催!!

10月9日(月・祝)
 8:30~10:00 ¥2,200

ウイクトレ
 弱点を明確にしてトレーニング

【徳島中央公園・鷲の門前】大人のRUNトレ主催「フォームチェンドリル」

ドリルでの動きを意識して練習をすることで自然と楽に走れるフォームを身につけよう！キレイで格好いいフォームは怪我のしづらいパフォーマンスの高いフォームでもあります！その動きを習得するドリルだけを集めました！

イベント名	【徳島中央公園・鷲の門前】大人のRUNトレ主催「フォームチェンドリル」
開催日	2023/10/8・2023/10/9
受付開始	14:30 ~
申込料	10/8フォームチェンドリル 2,200円 吉野のパーソナルレッスン(50分)10/8 17:00~18:00 7,700円 10/9ランニング練習会参加 500円 ...他
支払方法	会場払い
開催場所	徳島中央公園・鷲の門前
住所	徳島県徳島市徳島町城内
主催者	大人のRUNトレ塾
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/90322

