



【笑顔でランニングを楽しもう】頑張りがすぎない! ゆるランニング教室Vol.2

ランニングは誰でも簡単に楽しめる健康的なアクティビティです。しかし走ると苦しさや辛さばかりを感じている方は少なくないのではないでしょうか? 当ランニング教室では、ランニングの前に身体を整えることや正しいフォームのマスターに焦点を当て、ランニングの魅力を最大限に引き出し、ケガの予防にも役立つ方法をお伝えしています。初めての方でもランニングの魅力を味わうことができるので、ぜひ参加してみてください!

| | |
|-------|---|
| イベント名 | 【笑顔でランニングを楽しもう】頑張りがすぎない! ゆるランニング教室Vol.2 |
| 開催日 | 2023/12/23 |
| 受付開始 | 9:00 ~ |
| 申込料 | ランニング講座チケット 無料 |
| 開催場所 | レンタルスタジオ晏仁 |
| 住所 | 福岡県福岡市中央区荒戸3-2-6 |
| 主催者 | 福岡ランニングスクールA X I I Z |
| 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/96546 |

