



## ランニング入門・復習・レベルアップ：済美山ランニング教室

ビギナーの方！大歓迎！【正しいカラダの使い方パフォーマンスを向上させます？】ランニングにおいて非常に重要な要素となるクロスモーション！効率性、怪我の予防、速度向上、テクニカルスキルの向上など、さまざまな側面に影響を与えます。ランニングのトレーニングや競技において、クロスモーションを適切に理解し、実践するレッスンを開催します！他では体験することができない！

イベント名 ランニング入門・復習・レベルアップ  
：済美山ランニング教室

開催日 2024/1/31

受付開始 9:30 ~

申込料 レッスン参加チケット 2,500円

支払方法 クレジット決済

住所 東京都杉並区堀ノ内

主催者 (社) RunningAbilityJapan

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/97948>



### MAP

