



note.com

【タムタムワークショップ】～立ち姿勢・片足立ちから走りが変わる～ | ビリランナー佐藤心雄

【タムタムワークショップ】～立ち姿勢・片足立ちから走りが変わる～

走りのレベルアップをするために必要なのは、"如何に止まっている動作を整えることができるか"ここがポイントになります。立ち姿勢や片足立ちの止まっている動作がキレイだと、自分の現在地を把握しやすくなり、先読み能力が高まり、走りの動作がキレイになります。

走りを変えたい皆さん、新しい感覚を身につけて、一緒にタムタム(楽しく)走りましょう。

イベント名	【タムタムワークショップ】～立ち姿勢・片足立ちから走りが変わる～
開催日	2024/1/27
受付開始	14:00 ~
申込料	タムタムワークショップチケット 4,200円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
参加定員	5人
開催場所	陽光ビルB1F
住所	神奈川県大和市南林間2丁目11-19
主催者	タムタムランニングクラブ
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/98585

MAP

