

★走りのプロフェッショナルからランニングの基本やフォームを学び実践しよう!★

ランニングクリニック



開催日

4月12日(土)「ゆっくり長く走るポイント」

5月11日(日)「スピードを上げて走るポイント」

6月28日(土)「一定のペースで走るポイント」

時間

10:00~12:00

場所

オーエンススポーツフィールド陸上競技場 (江川 959-1)

対象

18歳以上

定員

各回 20名 (先着順)

参加料

1回 1,000円 (当日現金払い)

持ち物

運動できる服装、運動靴、飲み物、タオル、筆記用具

講師

安田 享平 氏 (日本スポーツ協会公認陸上コーチ)

申込方法

3/1 (土) AM9:30より下記 QR コードから申込み

問合せ

オーエンススポーツフィールド ☎ 0438-41-9641

