

ランニング講習会

17:00~18:30



走りの
基礎基本を
学びたい

正しい
走り方・フォームを
知りたい!

12月21日講習会

初めての方・これから始める方でも大丈夫
2024年まとめ → ドリル基礎 ~ 走り方

料金 : ¥1,000

会場 : 愛鷹広域公園 野球場会議室

持ち物 : 運動できる服装・お飲み物

参加申し込み・お問い合わせ

愛鷹広域公園管理事務所

☎ 055-924-8878

主催 : あしたかスポーツ&ネイチャーパートナーズ

協力 : ボディデザインプランニング

スポーツジム
ボディデザイン
プランニング
の体験・見学は
こちら↓



講師



多家 真生

ボディデザインプランニング
トレーナー

陸上競技歴15年目

全国中学校体育大会3位

11.16日本選手権9位