

ランニング セミナー

ウォーミングアップからランニングフォーム、
パフォーマンスアップの方法を学び、
長く、速く走るポイントから練習法を学びましょう！
実際に身体を動かしてトレーニングを行います！

2024年

9月22日(日)

9:30~10:30

場所

神戸市立磯上体育館 多目的室

神戸市中央区八幡通り 2-1-38

講師

村田 竜哉先生

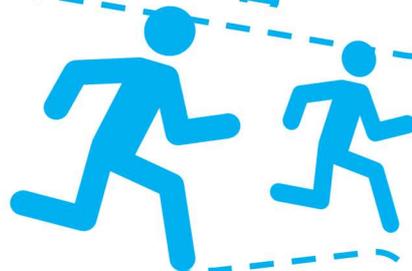
申込

9月8日~先着順 電話または窓口で

参加費 500円

16歳以上

20名



【TEL】

078-251-6622

神戸市立

isogami

磯上
gymnasium

体育館

