

2月

3日・24日(日)

16日(土)



RUNNING CLUB
TRACK
TOKYO

動画で

ランニングフォームチェック@皇居



担当コーチ：山口 大徳

ご自身の携帯動画でランニングフォームを撮影し、インストラクターが分かりやすくレクチャーします。動画だと問題点、改善点が一目瞭然です。一度、確かめてみましょう。

コーチ紹介
アウトドアスポーツクラブ
「TRACK TOKYO」ランニングインストラクター。
2017年日本実業団陸上競技登録
2017年びわ湖毎日マラソン 2時間39分33秒
福島県出身 山梨学院大学卒

●メニュー ストレッチ⇒実走⇒クールダウン、ストレッチ



スケジュール

11:30開始/13:30終了予定

※受付は30分前より



料金

2,500円

※別途Run Pit施設利用料

(初回要会員登録)



定員

10名

※最小催行人数1名



集合場所

Run Pit



ご応募・お問い合わせは店頭・又はTEL(03-3286-8921)

※受付は前日まで。
※定員になり次第終了。
※必ず飲料をご持参ください。
※料金は当日払い。
※キャンセルは前日までにご連絡ください。

Run Pit

au Smart Sports