

なかのウェルネスJAPANメソッド

心身ともに健康で元気に楽しめるサステナブルプログラム

ランニング教室



開催日

4/27^月

5/25^月

6/22^月



時間

19:30

▼
21:00



雨天の場合は中止



内容

公園トラック、ジョグコースで実施！
マラソンに向けたスピードトレーニング

参加費


1回 **1,200円**

※当日申込時にチケットをご購入ください。
予約後キャンセルの場合は、当日までに必ずご連絡ください

定員

 **20名**

年齢

 **18歳以上**



担当講師 後藤 健良

アミノバリュー・ランニングクラブ元コーチ
ランナーズエイドカイロプラティック院長

中野区立総合体育館