

ケがなく・ラクに・速く走れる
正しいフォーム習得・カラダづくりクリニック
【基礎編】



2023年3月18日(土)

13:00~14:30頃

(受付:12:30~12:55)

@上尾運動公園陸上競技場

プロランニングコーチの鈴木隆介コーチが
ランニングの『基本』について指導します。

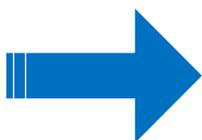
鈴木 隆介 (すずき りゅうすけ)

ランニングパーソナルジムstudioBodyLink オーナー
陸上競技クラブREACT 代表

プロランニングコーチ・トレーナーとして実業団から一般市民ランナーまで幅広い対象にランニング・トレーニングを指導。これまでのべ30,000人以上にランニング指導を行い、豊富な知識と経験に基づく指導は好評を得ている。『本質的でわかりやすい指導』を心掛けて日々指導にあたっている。



お申し込みはこちら



ONE TOKYO



非会員・一般



失速を防ぐ・速く走れるフォーム習得 市民ランナーの為のラントレーニング

【ステップアップ編】



2023年3月18日(土)

15:00~16:30頃

(受付:14:30~14:55)

@上尾運動公園陸上競技場

プロランニングコーチの鈴木隆介コーチが
ランニングの『基本』について指導します。

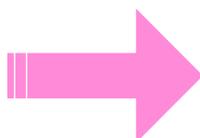
鈴木 隆介 (すずき りゅうすけ)

ランニングパーソナルジムstudioBodyLink オーナー
陸上競技クラブREACT 代表

プロランニングコーチ・トレーナーとして実業団から一般市民ランナーまで幅広い対象にランニング・トレーニングを指導。これまでのべ30,000人以上にランニング指導を行い、豊富な知識と経験に基づく指導は好評を得ている。『本質的でわかりやすい指導』を心掛けて日々指導にあたっている。



お申し込みはこちら



ONE TOKYO



非会員・一般

