



10.25 SUN 18:30-19:30

HYROX *Running Seminar*

【参加費】 3,300円

お支払いは当日現地にてPayPayでお支払いください。

【場所】 内山公園（千種区内山1丁目2-10）

今回は現地集合、現地解散となります。

【ご予約】 2週間前の0時から予約開始



走ることをもっと効率的に、もっと楽しく。
ハイブリッドレースにおけるランパートは、
記録を大きく左右する重要な要素です。
このセミナーでは正しいフォームやペース配分、
呼吸法、疲労を残さない走り方などパフォーマンスを
最大化する実践的な知識とスキルをお伝えします。

講師：喜多 芳久
HYROXランニングコーチ