



第1回

だからランニングはやめられない!

ランニングやマラソンの人気は高いですけど、山岳レースや超ウルトラの世界ものぞいてみませんか？

富士登山駅伝等、普通じゃないレースが日本にもあります。ランナーじゃない方にも、楽しんでいただけるお話です。

講師紹介



じだん先生

元トライアスリート トレイルランナー
ウルトラマラソンランナー
コーチングを学び、指導歴多数

10月14日

月

日(土)

時間

11:00~11:45

場所

オープンセミナースペース