

# ハイテクタウン

## 定例第5弾 ★ランニングセミナー★

テーマは『My トレーニングメニュー Q&A』

練習メニューを立てるのに悩んでいませんか？

分からないことや自分の目標に合うトレーニング方法をとことん追求してみましよう。

谷川真理を育てた中島進ヘッドコーチがあなたの疑問にお答え致します。

セミナー後は美味しいビールで乾杯♪

ランニング仲間を作って楽しいひとときをお過ごしください。

1/25(月)

19:30 ランニングセミナー

20:30 ビアパーティー

場所:ハイテクタウン2階サロン(東京都千代田区神田神保町1-58)

参加費: ¥2000

申込方法: ①ハイテクタウンショップで直接

②お電話にて(03-5283-2415)

③ネット(アミノバイタル AC 会員のみ)ブログコメント欄へ会員番号明記

(株)アチーブメント