

荒井美桜 陸上トレーニング



荒井美桜 プロフィール

幼少の頃にスキーに出会い、学生の頃に全日本ジュニアチームに入り、その後は日本のトップ選手としてワールドカップなど世界を相手に活躍。

惜しまれつつ23-24シーズンにて引退

全日本選手権、FISレース、国体などでの優勝や入賞経験あり

スキーを走らせるポジショントレーニング!!

研修会終了後に、陸上でもポジションのイメージを作るトレーニングを行いませんか？

コントレも兼ねているので、強度が高いトレーニングではありません！

12月20日(土)

定員 30名

参加費 500円

**運動の出来る恰好の上、15:30に
スキースクール前に集合**



申込先：古賀貴光

080-5247-8690

ショートメールでの申込をお願い致します。