



さわやかランニングケア施術(3/12、13、14、15) 『4日限定1日2名』

皆さん日々ランニングにウォーキング、筋トレ等トレーニングに励んでいらっしゃいますよね！
終わったらシャワーを浴びてオールを飲んで・・・そんな方々も少なくないはず！ ゆっくりなランニングや軽いトレーニングでも疲労は蓄積するもの。疲労はケガ等のトラブルにも繋がります。今回は鍼灸院 翠～みどり～様にご協力いただき、自分で簡単に取り組めるランニング前後のケアについてご紹介いたします。

イベント名	さわやかランニングケア施術(3/12、13、14、15) 『4日限定1日2名』
開催日	2024/3/12～2024/3/15
受付開始	13:00～
申込料	さわやかランニングケア施術(3/12 14時～) 1,500円 さわやかランニングケア施術(3/12 16時～) 1,500円 さわやかランニングケア施術(3/13 13時～) 1,500円 ...他
支払方法	会場払い
開催場所	申込者のみに公開
住所	神奈川県横浜市中区
主催者	STRIDE LAB YOKOHAMA
お申し込み	イベントへのお申し込みはこちらのサイトから！ https://moshicom.com/101077

