



【4.20土曜】西京極ランセミナー&練習会～姿勢改善/股関節編

体の中心部！骨盤・腰椎編に続くシリーズは股関節です。よく聴くフレーズです。「頸対角」が適正な角度に導いていける様なトレーニングや考え方をセミナーで行います。走りのパフォーマンスは勿論、一生付き合っていく体にするために！

イベント名	【4.20土曜】西京極ランセミナー&練習会～姿勢改善/股関節編
開催日	2024/4/20
受付開始	9:00～
申込料	ランニングセミナー参加費 2,500円
支払方法	会場払い
開催場所	西京極運動公園内のスポーツ会館前
住所	京都府京都市右京区西京極新明町
主催者	ORC(オキランニングクラブ/ プロランニングコーチ沖 和彦)
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/102046

