

ランナーの為の 基礎評価～エクササイズ

NAGOYA B'S HOTEL
2024.4.13 11:30-13:30



ランナーの基礎 柔軟性、筋力、機能性評価からエクササイズ

フルマラソンシーズンも終わり次の大会まで期間が開いている方も多はず。
来シーズンは更にレベルアップ、楽に走れる様に基礎をしっかりと見直しましょう。
今回は柔軟性評価、筋力測定、機能評価、エクササイズを行います。
評価があってこそそのエクササイズです

イベント名	ランナーの基礎 柔軟性、筋力、機能性 評価からエクササイズ
開催日	2024/4/13
受付開始	11:30 ~
申込料	会員チケット 1,000円 一般チケット 1,500円
支払方法	会場払い
開催場所	名古屋ビーズホテル
住所	愛知県名古屋市中区錦1丁目16-2
主催者	株式会社マタドール

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/102506>



MAP

