



【西京極】姿勢が変われば走りも変わる！姿勢改善セミナー足部編&スピードUPラン練習会

姿勢が整う事でランエコノミーの改善や走りのレベルアップを狙うという趣旨のセミナーを実施します。その後に動作を直すドリルやランニング練習会もおこないますのでこれ一つでランニング成長を多角的に促します。初めての方も参加できます。少人数制&アフターフォローもついております。*今回は姿勢改善の足部編。扁平足やハイアーチをどう適応していくか？

イベント名	【西京極】姿勢が変われば走りも変わる！姿勢改善セミナー足部編&スピードUPラン練習会
開催日	2024/5/25
受付開始	8:45 ~
申込料	【5-25土曜】西京極ランニングセミナー&練習会 2,500円 初めての方 2,000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/103387

