



青空ピラティス&ラン@皇居

芝生の上で、気持ちよくピラティスを行いませんか？

ランナーズピラティスで、フォーム改善、怪我予防、タイム短縮を図ります。ピラティスの後は、気持ち良く皇居ラン。走りの違いを感じられます。ピラティスが初めての方も安心してご参加頂けます。

こんな方におすすめ ・身体を柔らかくしたい ・ラクに走るフォームを習得したい
・体幹をアップさせたい

イベント名	青空ピラティス&ラン@皇居
開催日	2024/4/27
受付開始	8:50 ~
申込料	青空ピラティス&ラン 2,500円
支払方法	会場払い
開催場所	申込者のみに公開
住所	東京都千代田区
主催者	いちぢく53

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/103812>

