



【奈良】姿勢が変われば走りも変わる！姿勢改善セミナー股関節編& スピード養成トレーニング

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。*今回は股関節にフォーカスします。骨盤を立たせる事や脛体角を正常にしていきます。

イベント名 【奈良】姿勢が変われば走りも変わる
！姿勢改善セミナー股関節編&
スピード養成トレーニング

開催日 2024/5/26

受付開始 9:30 ~

申込料 奈良ランニングセミナー 2,500円
初めての方【3名まで】 2,000円

支払方法 会場払い

開催場所 ロードフィールド奈良

住所 奈良県奈良市法蓮佐保山

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/104105>



MAP

