

「そのシューズ選びちょっと待って！」

痛みなく走るための 自己ベスト戦略 足編

オンラインセミナー
(無料) 5月21日(火)20:00～21:30

パーソナルトレーナー
仙福太郎

スポーツMC
丸山果恋

ランニングコーチ
大野雄

【無料】そのシューズ選びちょっと待って！ 痛みなく走るための自己ベスト戦略～足編～

【無料・録画配信あり！途中入室・退席OK！】・自分に合うシューズがわからない
・爪や偏平足など足の問題・膝や股関節の痛み こんなお悩みはありませんか？

実は自分にあったシューズを選ばないとパフォーマンス低下の原因に。
そしてシューズ選びだけでなく、足の状態を整えておくことが肝心です。

今回は自己ベストを出すための戦略をエクササイズとシューズ選びの観点からご紹介します。

イベント名	【無料】そのシューズ選びちょっと待って！ 痛みなく走るための自己ベスト戦略～足編～
開催日	2024/5/21
申込料	当日参加 + 録画配信 無料 録画配信のみ 無料
参加定員	150人
主催者	姿勢改善委員会
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/104493

