



# ランニングフォーム 改善レッスン

日程：5/18(土)

#元・駿河台大学 駅伝部  
#リラクプロスタッフ

## 【ランニングフォーム分析&改善】体幹エクササイズ&フォーム改善ドリルin皇居《6名限定》

Re.Ra.Ku PRO(リラクプロ) コーチによる、「ランニングフォーム」に課題を抱えるランナーさん向けのレッスンです。体幹に効かせるエクササイズとフォーム改善ドリルを行うことで、理想的なフォーム習得を目指します。また、自身のフォームをbefore/afterで動画撮影し、客観的に把握することができます！

イベント名	【ランニングフォーム分析&改善】体幹エクササイズ&フォーム改善ドリルin皇居《6名限定》
開催日	2024/5/18
受付開始	9:00 ~
申込料	5/18(土) 午前の部参加チケット 6名限定 2,500円 5/18(土) 午後の部参加チケット 6名限定 2,500円
支払方法	会場払い
開催場所	Re.Ra.Ku PRO永田町店 ランニング&カフェ
住所	東京都千代田区平河町2-16-1 森タワー1F
主催者	Re.Ra.Ku PRO(リラクプロ) ランニング
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！ <a href="https://moshicom.com/104503">https://moshicom.com/104503</a>

