10/14(土)ランナーの為の体幹トレーニング教室（体幹トレーニング初心者クラス）

ランナー向けの体幹トレーニングを行う教室です。講師はランバディのコーチである安川沙弥香。彼女自身体幹トレーニングを実践し1月の大阪国際でマラソン2時間47分台、東京マラソンで2時間46分57秒をマーク。自らの経験をもとにした丁寧な指導を受けてみませんか？この教室は体幹トレーニングなんてしたことが無い、という初心者向けの教室です。

イベント名	10/14(土)ランナーの為の体幹トレーニング教室（体幹トレーニング初心者クラス）
開催日	2017/10/14
受付開始	13:45 ～
申込料	10/14(土)14:00～15:00初心者クラス 2,000円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
開催場所	ランスポット
住所	大阪府大阪市住吉区長居東4-11-25
主催者	ランバディ・ランニング・クラブ
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/10995

MAP