

ランナー専用イベント!

## 靴相談&ランの筋トレ

健康ランニング塾

筋トレでランのコンディショニング

健康ランニング塾では筋トレ、ストレッチを交えたインドアでのRUNトレーニングご案内します

冬のこの時期故障予防、脚部・体幹部の筋内強化で走りのパフォーマンスをUPしましょう! 申込、問合せは下記(担当: 住吉 dakorou@gmail.com)



1/26(日) 10:30~12:30参加費¥500

靴相談は1時間5,000円(要予約・参加費込み)

会場は【川口健道クラブ】川口駅西口から徒歩5分



めぐり  
靴相談 巡

ランニングの質を上げる為、靴の見直し・アドバイスをいたします。先着2名様限定  
インソール・靴の試着も可能です。  
靴相談のご予約はQRから承ります

KW 健幸ワールド  
健康と幸せのサポーター



## ランナーのための靴相談&ランの筋トレ

イベント名	ランナーのための靴相談&ランの筋トレ
開催日	2025/1/26
受付開始	10:30 ~
申込料	シューズ&ランイベントチケット 2,000円 遠山先生の1時間靴相談 5,000円
支払方法	会場払い
開催場所	川口健道クラブ
住所	埼玉県川口市川口2-10-18
主催者	合同会社健康ランニング塾®
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/118563">https://moshicom.com/118563</a>



### MAP

