

ランニング障害予防のための
ラントレセミナー

ケガを治すのは大変です。
でも、予防は意外と簡単です。

【座学 30分】
ケガのないランニングライフのために知っておくべき
ランニング障害予防のポイント

【実技 30分】
少しの努力でケガなく走れる
セルフケア&コンディショニング

開催日 11月23日(木・祝)
時間 14:00 ~ 15:00
参加費 ￥3,000(税込)

【お申し込み方法】
メディカルフィットネス窓口への来館、
もしくは電話、メールにてお申し込みください。
または右のQRコードを対応の機器で読み取り、
専用フォームからお申し込みください。

【お問い合わせ】
〒192-0085 東京都八王子市中町5-1 八王子中町ビル4F
八王子スポーツ整形外科メディカルフィットネス
TEL: 042 (625) 5733 E-mail: mfc@sports-medical.net

ランニング障害予防のためのラントレセミナー

ランニング障害を予防するために今日から実践できるセルフケアやセルフコンディショニングについて、自身もランナーであるアスレティックトレーナーがレクチャーします！

イベント名	ランニング障害予防のためのラントレセミナー
開催日	2017/11/23
受付開始	13:30 ~
申込料	セミナー参加 3,000円
支払方法	会場払い
参加定員	8人
開催場所	八王子スポーツ整形外科メディカルフィットネス
住所	東京都八王子市中町5-1 八王子中町ビル4F
主催者	医療法人社団スポーツメディカル 八王子スポーツ整形外科メディカルフィットネス

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/12002>

