

ピークパフォーマンス発揮のための
ラントレセミナー

マラソンに向けてのコンディショニング、
侮ってはいは実力を発揮できませんよ。

【日時】
① 2017年12月23日(土・祝) 11:00~12:00
② 2018年 1月 8日(月・祝) 11:00~12:00
※①、②いずれの日程も内容は同じです。

【内容】
より良いコンディショニングでレース当日を迎える
ランナーのためのコンディショニング理論 (座学60分)

【お申込み方法】
・ e-moshicom 専用ページから申込み
https://moshicom.com/12898/
※QRコードからもアクセスできます
・ 電話での申込み 042-625-5733

【担当トレーナー】
Spoleto マラソンアンバサダー
稲川 祥史
(いながわ やすひと)

【参加費】 各回 ¥3,000 (税込)

(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




ピークパフォーマンス発揮のためのラントレセミナー

レース当日に向けたトレーニング計画やコンディショニングについて、元学生長距離ランナーの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	ピークパフォーマンス発揮のためのラントレセミナー
開催日	2018/1/8
受付開始	10:30 ~
申込料	セミナー参加 3,000円
支払方法	会場払い
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/12903

