スポーツに役立つ『体幹トレーニング』

近年、プロスポーツ選手の著書などで『体幹トレーニング』が注目されています。運動やスポーツに取り組む一般の方もその重要性を感じ、体幹トレーニングを行なう方も多くなってきましたが、自己流で誤ったフォームで行っている場合が多く見受けられます。プロトレーナーから指導を受けて正しいトレーニング方法を身に付けませんか？

イベント名	スポーツに役立つ『体幹トレーニング』
開催日	2018/1/27
受付開始	16:50 ～
申込料	『体幹トレーニング』チケット 2,500円
支払方法	会場払い
参加定員	20人
開催場所	新東和ビル地下1階 『スタンドアップスタジオ』
住所	大阪府大阪市中央区南船場4丁目6-11
主催者	hidemiya
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/14115

MAP