



ランナースヨガ～第2回お茶香る狭山マラソンと一緒に参加しましょう！！～

マラソンに必要な体幹のトレーニングと継続的な全身運動、ゴールまで導く精神鍛錬(難しい事はしません)を取り入れたプログラムです。前半ラン・後半ヨガの構成です。(悪天候の場合はヨガのみで構成します。)軽食(シリアルバー)・ドリンク付き。

プラン名	ランナースヨガ～第2回お茶香る狭山マラソンと一緒に参加しましょう！！～
募集期間	2018/5/1 00:00～2018/6/10 23:45
申込料	5回券 9,000円 10回券 15,000円 月4回コース 8,000円...他
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
参加定員	25人
開催場所	シャルム小手指004
住所	埼玉県所沢市小手指町2-9-26
主催者	こてさし ヨガの家
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/17205

