



RUNNING CLUB  
**TRACK**  
TOKYO

## カラダの歪みを治して効率の良いランニングフォーム習得@皇居

ご自身のカラダの歪みを発見し、歪みを解消して、効率の良いランニングフォームにつなげることが目的です。はじめに動画撮影を行い、カラダの歪みを確認していきます。そこからバランストレーニングを行い、カラダの歪みを改善していきます。カラダバランスが良ければ、それだけでランニングフォームの効率が良くなり、スピードアップ、ケガの予防につながります。

イベント名	カラダの歪みを治して効率の良いランニングフォーム習得@皇居
開催日	2018/7/28
受付開始	11:30 ~
申込料	カラダの歪みを治して効率の良いランニングフォーム習得@皇居 2,000円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	ランピット
住所	東京都千代田区一ツ橋1-1-1 パレスサイドビル1F
主催者	TRACK TOKYOランニングクラブ
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/18243">https://moshicom.com/18243</a>



### MAP

