



【姿勢改善&スタイルアップ】グリッドフォームローラーを用いたセルフコンディショニング&エクササイズ

セルフコンディショニングツールとして多くのアスリートに愛用されている、TRIGGERPOINT グリッドフォームローラー。もちろん、一般の方にも手軽にお使いいただけます。そんな、グリッドフォームローラーを「姿勢改善&スタイルアップ」に特化した使い方と、エクササイズをご紹介します。

イベント名	【姿勢改善&スタイルアップ】グリッドフォームローラーを用いたセルフコンディショニング&エクササイズ
開催日	2016/10/10
受付開始	9:40 ~
申込料	一般 5,400円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
開催場所	パーソナルトレーニングジム PEP Osaka
住所	大阪府岸和田市別所町3-10-10
主催者	PEP Osaka
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/2101

