



参加費 無料!

場所：東大崎公民館
〒989-6227 宮城県大崎市古川
大崎朝日32
駐車場有
古川IC202。
J R陸羽東線東大崎駅より徒歩9分

講師：阿久津美和子

千葉県スポーツ工業
989-6227宮城県大崎市古川大崎
子大崎朝日32
TEL/FAX：0229-28-3635

090-2951-7706

秋のランニングクリニック

2018.10.20sat開催

受付9：30～ クリニック開始10：00～12：30

秋が近づいてきました！日頃から走られている方、これから走ろうと思っているけど不安、スポーツの秋に身体動かそとと思った方大集合！！

走ると膝がへ、膝がへ、足の裏がへ痛くなる…自分のフォームは…日頃のケアは…自分が履いているシューズは……でお悩みの方も大集合！！

楽しく膝に優しい走るコツ・ストレッチ法教えます♪

当日は7mの高さから生卵を落とすも割れず4m跳ね返る！パワークッション素材のランニングシューズ体感試し履き！足型計測！最後にアンケートに答えて抽選会もあります。今回女性コーチによるレッスンですのでこれから運動してみたいという運動初心者の女性も安心してお気軽にぜひご参加ください！

*当日の事故・トラブル・貴重品管理は自己責任にてお願いいたします。

【現在20名】秋のランニングクリニック～YONEX×千葉スポーツ工業

女性ランニングコーチによる楽しく楽に走るコツ教えちゃいます

イベント名	【現在20名】秋のランニングクリニック～YONEX×千葉スポーツ工業
開催日	2018/10/20
受付開始	9:30～
申込料	参加チケット 無料
参加定員	20人
開催場所	東大崎公民館
住所	宮城県大崎市古川大崎朝日32
主催者	千葉 秀幸

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/21584>

