



RUNNING CLINIC

「跑」に対応するスポーツクラブ
ボディデザイン・プランニング
スポーツクラブ 〓 パーソナルトレーニング

インターハイ出場選手多数輩出!

日本大学三島高等学校 陸上競技部 田中浩章監督 協力

日程 14:45～ 受付開始 参加費 BDPランニングクラブ2,000円
15:00～ 講座開始(雨天開席) 一般の方 3,000円
「ランニングフォーム改善」実技 ※料金は当日徴収となります
17:00 講座終了予定 持ち物 動きやすい格好、運動シューズ
内容 怪我をしない効率的な走り 室内用シューズ(雨天時使用)
を3つのポイントでレクチャー 会場 日本大学三島高等学校陸上競技場他
すぐに実践できる方法教えます 雨天時 桜アリーナ他
対象 走り方が気になる・知りたい方 住所 三島市文教町2-31
走ると怪我をしやすい方 駐車場 近隣のコインパーキング又は
記録簿がほしい方など 電車でお越しください。
※対象年齢:18歳以上の方
定員 30名(先着順)

お問い合わせ/申し込み

☎055-924-2540
✉bdp@bd-planning.com
「ランニングクリニック」の参加申し込みとお伝え下さい。

ホームページでも詳細公開
右のURLへアクセス!
ボディデザイン・プランニング
沼津市高島本町1-5インシシプラザ2F



3つのポイントで走り方が変わる

「ランニングフォーム改善エクササイズ」怪我をしない効率の良い走りを3つのポイントでレクチャー

イベント名	3つのポイントで走り方が変わる
開催日	2018/12/16
受付開始	14:45 ~
申込料	ランニングクリニック 3,000円
支払方法	会場払い
参加定員	30人
開催場所	申込者のみに公開
住所	静岡県三島市
主催者	ボディデザイン・プランニング

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/22294>

