



## 【今年は7/24が最後の開催】シドニーマラソンセミナー ~ ストレッチ&セルフケアのレクチャーも ~

2019年9月15日(日)に開催される『シドニーマラソン』。参加される皆さまが「笑顔でフィニッシュできるために」「目標達成できるために」役立つ体幹エクササイズ、ストレッチ、トレーニングメニューなどをご紹介します。今回は「ストレッチ&セルフケア」をレクチャーします。また、『シドニーマラソン』の魅力などもご紹介します。

イベント名 【今年は7/24が最後の開催】シドニーマラソンセミナー ~ ストレッチ&セルフケアのレクチャーも ~

開催日 2019/7/24 (水)

受付開始 18:15 ~

申込料 シドニーマラソン2019セミナー 無料

開催場所 港区商工会館2F 研修室

住所 東京都港区海岸1-4-28

主催者 シドニーマラソン日本事務局

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/31420>



### MAP

