



『「基礎的な動きが意識と感覚を研ぎ澄ます！小さな動きから見る全身の評価とコンディショニング」』

ランニング指導者にとって、クライアントに理想的な動きを身に付けてもらうのは最重要課題だと思います。そのためには走る以前に、姿勢と体全体の動きについてもっと深く掘り下げる必要があります。この勉強会では、走る行為そのものに焦点を絞らずに、「そもそも人としての身体の動き」を自分の感覚で理解し突き詰めることを目的としています。結果的に効果的なランニングフォームへクライアントを導ける技術を身に付けませんか。

イベント名	『「基礎的な動きが意識と感覚を研ぎ澄ます！小さな動きから見る全身の評価とコンディショニング」』
開催日	2019/11/24
受付開始	13:30 ~
申込料	チケット 11,000円
支払方法	会場払い
参加定員	20人
開催場所	BMC大塚スタジオ
住所	東京都豊島区西巣鴨2-1-19 KAYOビル2F
主催者	トータルフィットネス株式会社
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/35282

