



## 【女性限定イベント】星野由香理のフィジカルトレーニング for Runners

女性ランナー限定のフィジカルトレーニングイベントを開催します。パフォーマンスを上げるためにも、故障なく楽しく走り続けるためにも、体幹の強さ、柔軟性、バランス力を強化し、効率的な体の動かし方を知ることが大切です。そこで、数々のウルトラトレイルレースやスカイランニングレースで好成績を上げてきた星野由香理さんに、ランニングに効果的なフィジカルトレーニングを教えてください。

イベント名	【女性限定イベント】星野由香理のフィジカルトレーニング for Runners
開催日	2020/1/22
受付開始	19:00 ~
申込料	星野由香理のフィジカルトレーニング 4,000円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
参加定員	20人
開催場所	ポラスター東京アカデミースタジオ Bスタジオ
住所	東京都港区赤坂7-7-5
主催者	Ritsuko Ichinose
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！ <a href="https://moshicom.com/37625">https://moshicom.com/37625</a>

