



## 【2/1バンコク開催】たなトレでブレない走りイメージを磨く トレーニング&フォームチェック刺激走

ランニングフォームを良くして怪我なく長く走れるようになりたい！そう思っている方は多くいらっしゃるかもしれませんが、しかし、どんなに動作を真似ても自分の機能性を考えたり改善したり、または適切に動かすことを正しくイメージできないと改善する結果を引き出すのは難しいでしょう。

その改善する秘訣を私がレクチャーします！

|       |   |
|-------|---|
| イベント名 | 【2/1バンコク開催】たなトレでブレない走りイメージを磨くトレーニング&フォームチェック刺激走   |
| 開催日   | 2020/2/1  |
| 受付開始  | 6:15 ~  |
| 申込料   | 投げ銭で参加できます 無料   |
| 開催場所  | テプハッサディンスタジアム(Thephasadin Stadium)  |
| 住所    | Thephasadin Stadium, Khwaeng Wang Mai, Khet Pathum Wan, Krung Thep Maha Nakhon 10330          |
| 主催者   | ランたなCH /<br>(株) オン・ユア・マーク   |
| 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！<br><a href="https://moshicom.com/38295">https://moshicom.com/38295</a> |

