



## ストレッチ&セルフケア術@皇居

走ることだけがトレーニングではありません。走ることは行わず、マラソンに必要なストレッチとセルフケア術をお伝えします。フォームを良くしたい、故障なく継続して走りたいなど、これらを改善していくうえで走ることだけでは限界があります。この機会にストレッチとセルフケアの重要性を感じてください。

イベント名	ストレッチ&セルフケア術@皇居
開催日	2020/4/25
受付開始	11:00 ~
申込料	ストレッチ&セルフケア術@皇居 1,500円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	adidas RUNBASE
住所	東京都千代田区平河町2-16-1
主催者	TRACK TOKYOランニングクラブ
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/40295">https://moshicom.com/40295</a>



### MAP

