

ランナー向けオンラインレッスン
呼吸改革エクササイズ～基礎編～
1日2万回行う呼吸。その量と質を変えます。
ストレス軽減、睡眠の質向上、脳と身体の疲労軽減などにつながります

月間130本セッション
元長距離ランナーの
機能改善トレーナー



【オンラインレッスン】呼吸改革エクササイズ～基礎編～
(呼吸は3段階に分けます。最初の基礎編です)

担当は130本/月セッションをこなす元長距離の機能改善パーソナルトレーナーです。

イベント名	【オンラインレッスン】呼吸改革エクササイズ～基礎編～ (呼吸は3段階に分けます。最初の基礎編です)
開催日	2020/5/30
申込料	リンクフィットネス無料会員(公式HPよりご登録可能です) 1,300円 一般 1,500円 振替 無料...他
支払方法	クレジット決済
参加定員	80人
主催者	サニエスリンク合同会社
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/41597

