オンラインヨガ（Yoga for Runners）

ランナー向けのヨガを開催します！ランとヨガの共通点は姿勢と呼吸を意識すること。呼吸を深めながら、ランニングにつながるポーズを行います。また左右の差を違いを確認しながら故障予防にもつなげていきます。

イベント名	オンラインヨガ（Yoga for Runners）
開催日	2020/7/12
申込料	ｵﾝﾗｲﾝﾖｶﾞ（都度利用） 1,100円 ｵﾝﾗｲﾝﾖｶﾞ（回数券4回分） 3,500円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
参加定員	10人
主催者	Yoga and Running Instructor, Maskao Saito
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/43290