



## 【ワンコイン】プロランニングコーチが贈る/ZOOMオンライン フィジカルトレーニング 月曜20時～の部

トレーナーでありプロのランニングコーチが指導！

ズームアプリを使って正しいランナーのためのトレーニングを40分間一緒にしていきます！

家にいながらも本格的なトレーニングができます！

走るために必要な関節の可動域を高め、そして強化していきます！

継続していくことで、数ヶ月後には今よりしなやかで強い身体になっています！

21時からの部もありますのでご都合の良いほうで

イベント名	【ワンコイン】プロランニングコーチが贈る/ZOOMオンラインフィジカルトレーニング 月曜20時～の部
開催日	2020/7/20
受付開始	19:30 ~
申込料	1回参加 500円
支払方法	会場払い
開催場所	申込者のみに公開
住所	兵庫県神戸市灘区
主催者	絆ランニングクラブ (絆RC)
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/43689">https://moshicom.com/43689</a>

