



【女性限定】少人数制インナーマッスルを鍛えるピラティス

走る上で脚のひきつけや腰の安定に重要な筋肉が腸腰筋。この腸腰筋を効果的にトレーニングするのにオススメなのがピラティスです。レッスンではいろんな動きをしていきながら鍛えていきます。

イベント名 【女性限定】少人数制インナーマッスルを鍛えるピラティス

開催日 2020/12/4

受付開始 19:05 ~

申込料 インナーマッスルを鍛えるピラティス
3,300円

支払方法 クレジット決済、コンビニ決済

開催場所 アライフラボ

住所 愛知県名古屋市東区泉1-23-36
NBN泉ビル4F

主催者 Run up(ランアップ)

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/46741>



MAP

