



グリッドフォームローラー 姿勢改善とスタイルアップのためのコンディショニング

コンディショニングツール、TRIGGERPOINTグリッドフォームローラーの効果的な使用方法を学びませんか？ 肩こりや腰痛などの原因となりやすい姿勢の改善や、女性のスタイルアップにも効果があります！今回は、グリッドフォームローラーによる筋膜リリースと組み合わせて行うと、より効果的なエクササイズもご紹介します。

イベント名	グリッドフォームローラー 姿勢改善とスタイルアップのためのコンディショニング
開催日	2017/2/11
受付開始	9:40 ~
申込料	一般 5,400円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
開催場所	パーソナルトレーニングジムPEP Osaka
住所	大阪府岸和田市別所町3-10-10
主催者	PEP Osaka
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/5183



MAP

