

## 【フルマラソン完走に向けて】大会直前!セルフケア&エクサ サイズセミナー

距離を伸ばして走ってみて、筋肉痛が抜けなかったり、走り終わった後に膝や股関節、腰が痛いことはありませんか?名古屋ウィメンズマラソン・シティマラソン2週間前に、大会に向けて、完走するための「大会直前!セルフケア・エクササイズセミナー」を開催します。

イベント名	【 フルマラソン完走に向けて 】 大会直 前! セルフケア & エクササイズセミナ ー
開催日	2017/2/23
受付開始	19:00 ~
申込料	セルフケア&エクササイズセミナー 2,500円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	ウィルあいち フィットネススタジオ1
住所	愛知県名古屋市東区上竪杉町 1 番地
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/5289



