



走らないラントレ ランニングに役立つ体幹トレーニング&ストレッチ

ランニングを楽しむためには柔軟性や筋力がないと記録はおろか故障の原因となってしまいます。トップアスリートもやっているノウハウを分かりやすく体の奥まで感じていただく講座です。

イベント名	走らないラントレ ランニングに役立つ 体幹トレーニング&ストレッチ
開催日	2017/2/22
受付開始	19:15 ~
申込料	体幹トレーニング&ストレッチ 3,000円
支払方法	会場払い
参加定員	7人
開催場所	大阪第2ビル5階 メディア研修室
住所	大阪府大阪市北区梅田1-2-2
主催者	Viento Running Club
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/5391



MAP

