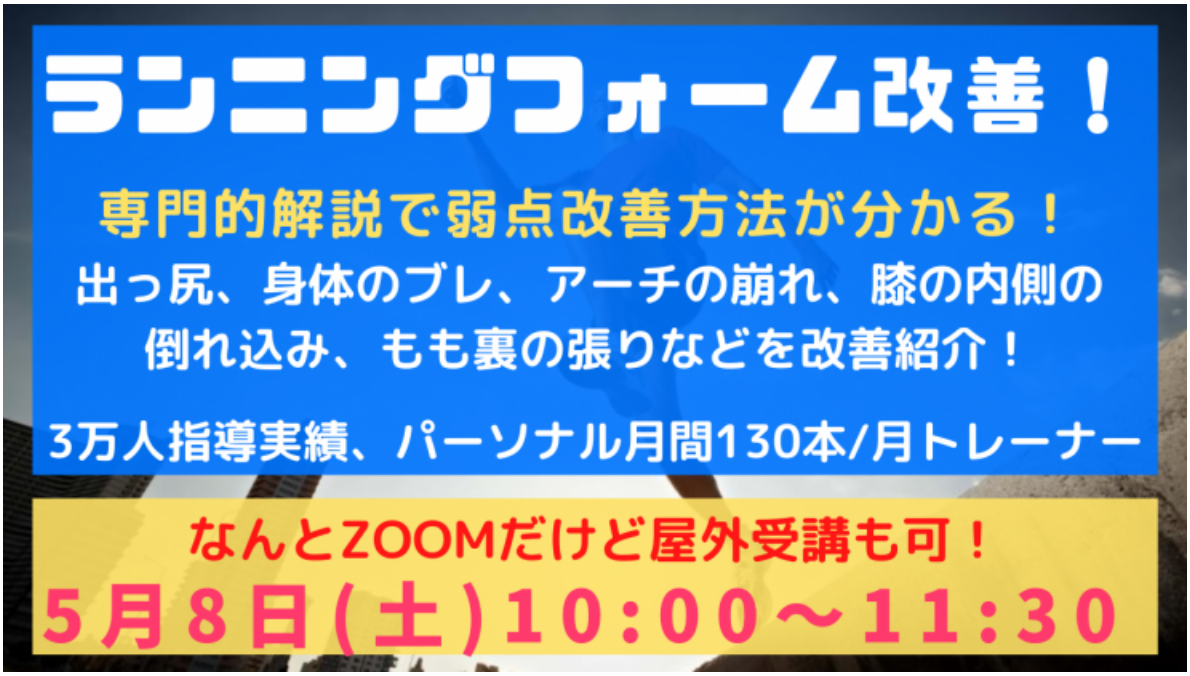


# ランニングフォーム改善！専門的解説で弱点克服！出っ尻、ブレ、アーチ、膝の倒れ込み、もも裏の張りなど

この度、実践的なフォーム改善に特化したセミナーを特別開催します。105分かけてじっくりと、ランニングフォーム改善の具体的原因と具体的改善例を実践紹介します。 ドリルだけでなく、より確実に改善に向かいやすく普段使いできるストレッチやエクササイズもご紹介します。いくつかの具体的項目をタイトルに挙げましたが、おそらく一つ以上は当てはまると思いますので、タイトルにピンと来た方はぜひ迷わずご受講ください。

| | |
|---|---|
| イベント名 | ランニングフォーム改善！専門的解説で弱点克服！出っ尻、ブレ、アーチ、膝の倒れ込み、もも裏の張りなど |
| 開催日 | 2021/5/8 |
| 申込料 | 一般(リンクフィットネスの講座、教室初受講) 1,000円<br>公式LINE登録者又はリンクフィットネスの講座、教室に過去参加したことがある方 500円 |
| 支払方法 | クレジット決済、コンビニ決済 |
| 参加定員 | 40人 |
| 主催者 | サニエスリンク合同会社 |
| 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！<br>https://moshicom.com/54521 |