



理想的なランニングフォームの習得・改善できるランニングレッスン 初心者大歓迎！

理想的なランニングフォームの習得・改善に特化したレッスンです。どのように走ればいいのか分からない方や自分の走り方に自信がない方は、どこを直したらいいのかを見ていき代償動作をなくしていきます。レッスンを繰り返すことで、正しい姿勢で走れるようになり、体に負担をかけずにランニングを楽しめるようになっていきます。毎週木曜日の午前中開催！これからランニングを始めようと思っている方も是非！

イベント名	理想的なランニングフォームの習得・改善できるランニングレッスン 初心者大歓迎！
開催日	2021/6/24
受付開始	9:45 ~
申込料	レッスン参加チケット 2,000円
支払方法	クレジット決済
開催場所	パレスサイドビル 1階 Re.Ra.Ku PROランニング竹橋皇居前店
住所	東京都千代田区一ツ橋 1 - 1 - 1
主催者	(社) RunningAbilityJapan
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/55985

