



## 【5/1】RUNで活かせる筋トレ&ドリル運動で楽ランフォームを身に付けるセミナー

ランニングでもっと楽に走るには「体をより効果的に動かす可動域とコアパワー・機能的動作」が必要です。それらを学習することで体の表現方法や意識の仕方を学ぶことができ、フォームが大きく変化するはずです。怪我の予防や速くラクに走りたい方向けのセミナーです

イベント名	【5/1】RUNで活かせる筋トレ&ドリル運動で楽ランフォームを身に付けるセミナー
開催日	2016/5/1
受付開始	8:30 ~
申込料	エントリーチケット 1,500円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	申込者のみに公開
住所	富山県富山市
主催者	クーリアアスリートクラブ
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！ <a href="https://moshicom.com/581">https://moshicom.com/581</a>

