相支走愛 楽に走るためのランニングクリニック@長居公園

身体の可動域などに効果的にアプローチをすることで、「自然な動き」の効率を上げることができます。
楽に、無理のない動きを身につけるのがこのランニングクリニックのテーマ。
初心者ランナーはもちろん、すでに習慣になっているランナーにもおすすめです。
動きづくりやドリルなどが中心で、走る場面はほとんどありません。お気軽にご参加ください。
相支走愛大阪エリア５回目の開催です。

イベント名	相支走愛 楽に走るためのランニングクリニック@長居公園
開催日	2021/10/17
受付開始	12:05 ～
申込料	ランニングクリニック 1,000円
支払方法	会場払い
参加定員	12人
開催場所	自由広場（付近）
住所	大阪府大阪市東住吉区長居公園
主催者	相支走愛
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/59915

MAP