



ランフォームレッスン【上半身を動かせるようにして走りの運動性を高めよう！】

専用マシンでのストレッチや自宅でも取り組めるエクササイズで肩甲骨、股関節の動きを知り、ランニングライフをより豊かにしていきます。ランニングはモーションセンサーの使用と合わせてランフォームの解析していきましょう！少人数開催で、セミパーソナル指導、一人一人の走りをしっかり見てアドバイスしていきます。

イベント名	ランフォームレッスン【上半身を動かせるようにして走りの運動性を高めよう！】
開催日	2021/12/18
受付開始	9:45 ~
申込料	練習会参加 2,500円 FIBRA sports center会員 500円 同月2回目の参加 2,000円
支払方法	会場払い
開催場所	FIBRA sports center
住所	宮城県仙台市太白区東郡山2-49-17
主催者	FIBRA TEAM
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/62752

