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連動性を高めよう！】

専用マシー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連動性を高めよう！】
開催日	2021/12/15
受付開始	10:45 ～
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/62753

MAP