



## ランナーのためのオンラインヨガ

ランナー向けのヨガ！！呼吸をふかめながら、肩甲骨や股関節をより意識したポーズを行います。また左右のバランスを整えて、ぶれない安定した走りにもつなげていきます！13時～

イベント名	ランナーのためのオンラインヨガ
開催日	2022/2/1
申込料	オンラインヨガ1回 1,100円 オンラインヨガ回数券4回 3,500円 オンラインヨガ回数券10回 7,000円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
主催者	Yoga and Running Instructor, Maskao Saito
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/65092">https://moshicom.com/65092</a>

