



5/19(金)ランナーの為の体幹トレーニング教室（体幹トレーニング経験者クラス）

ランナー向けの体幹トレーニング教室です。講師はランバディのコーチである安川沙弥香。彼女自身体幹トレーニングを実践し、2017東京マラソンで2時間46分57秒をマーク。自らの経験をもとにした丁寧な指導を受けてみませんか？この教室は体幹トレーニングを自宅で行っている、どこかで習ったことがある、という経験者を対象にした教室です。毎月内容が変わります。毎月好きな曜日で最大3回の申し込みが可能です。

イベント名 5/19(金)ランナーの為の体幹トレーニング教室（体幹トレーニング経験者クラス）

開催日 2017/5/19(金)

受付開始 16:45 ~

申込料 5/19(金)17:00 ~ 18:30経験者クラス
3,000円

支払方法 会場払い

開催場所 ランスポット

住所 大阪府大阪市住吉区长居東4-11-25

主催者 ランバディ・ランニング・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！
<https://moshicom.com/7090>



MAP

