



【埼玉県】みんなのランニング! PROJECTランニングセミナー～ ビギナーの方向けトレーニング～

初心者の方向けにランニングのパフォーマンス向上のための動的ストレッチやバランストレーニング、ドリルなど様々なトレーニングを行い、その効果を体感していただきます。また、故障予防や疲れを残さないためのケアについてもご説明いたします。

イベント名	【埼玉県】みんなのランニング! PROJECTランニングセミナー～ビギナーの方向けトレーニング～
開催日	2022/8/21
受付開始	9:00～
申込料	ランニングセミナー参加チケット(新規) 500円
支払方法	会場払い
開催場所	大宮第三公園
住所	埼玉県さいたま市大宮区堀の内町
主催者	みんなのランニングプロジェクト
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/73389

