【庄内緑地】脚がスムーズに上がる！股関節の可動域UPのためのケア&トレーニング

マラソン本番！ランナーに必須の股関節の動きを改善して、着地の安定性UPやストライド向上に繋げるケアやトレーニングを行ないます！（※走るのがメインのレッスンではございません）

イベント名	【庄内緑地】脚がスムーズに上がる！股関節の可動域UPのためのケア&トレーニング
開催日	2022/11/3
受付開始	9:30 〜
申込料	レッスン参加チケット 1,500円
支払方法	会場払い
開催場所	申込者のみに公開
住所	愛知県名古屋市西区
主催者	衛守 篤（シューズフィッティングアドバイザー）
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/77078