



ランナーの為の食セミナー第3回・テーマ；ランナーのための楽しいウエイトコントロール

これから走り始める方、走っているけどタイムが伸びない方、痩せると思ったのになかなか痩せない方。それらは食生活にそのカギがあるかもしれません。楽しく健康により速く走るために、食事は切っても切れない生活の一部です。毎日続けられる食事、継続できる食事だからこそ、効果も出やすい！楽しくおいしく、ランナーのための食事講座を、サブスリー管理栄養士、岡田あき子が3回シリーズで行います。

イベント名	ランナーの為の食セミナー第3回・テーマ；ランナーのための楽しいウエイトコントロール
開催日	2017/7/7 (金)
受付開始	18:40 ~
申込料	ランナーのための楽しいウエイトコントロール 3,000円
支払方法	会場払い
開催場所	タケ&ハルビル第一4F 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/7740



MAP

