



2023.3

## 生涯動き続けられる身体をつくるオンライントレーニング

2年半に渡り「よしもとスポーツ」のオンライントレーニングとして唯一継続して実施されてきた「きむかつコーチのオンライントレーニング」(月9) マラソンやトライアスロン、トレイルランからスパルタンレースといった持久系スポーツに挑戦する方や、いつまでも若々しい身体づくりをしたい方に向けた、体幹、背骨、肩甲骨、骨盤、股関節等を中心に機能的に扱えるようにするオンライントレーニングプログラムです。

プラン名	2023.3 生涯動き続けられる身体をつくるオンライントレーニング
募集期間	2023/2/17 00:00 ~ 2023/3/13 23:59
申込料	シン月9オンライン 4回分/2023年3月 5,000円 シン月9オンライン 体験1回分 1,500円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
参加定員	15人
開催場所	申込者のみに公開
住所	京都府京都市北区
主催者	日本ランニングファシリテーター協会
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/82620">https://moshicom.com/82620</a>

