

3月 S/PARK Studio 元資生堂ランニングクラブ 弘山晴美監修
ランニングプログラム 参加者募集

ランランビューティー ステップアップクラス

(レベルは問いません)

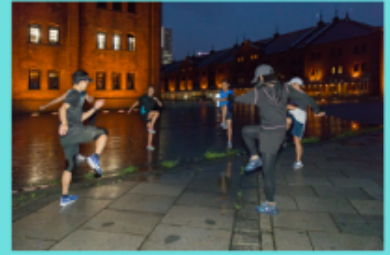
毎週水曜日 3/1・3/8・3/15・3/22

開催時間各 19:00~20:30

3月第3金曜日 3/17 開催時間 19:00~20:30

各日 定員5名

ランニングに必要な動きづくりや
サーキットトレーニングをメインに行います。
その後、インターバルトレーニング等
ラントレーニングを行います。



【こんな方お待ちしております】

- 機能的で美しいランニングフォームの取得を目指す方
- 体力向上、ケガをしない身体づくりしたい方

3月開催 S/PARK Studio

ランランビューティー~ステップアップクラス~

ランニングに必要な動きづくりやサーキットトレーニングと
その後インターバルトレーニングなどのラントレーニングを行います

イベント名	3月開催 S/PARK Studio ランランビュー ティー~ステップアップクラス~
開催日	2023/3/1 ~ 2023/3/22
受付開始	18:30 ~
申込料	【3/1】ランランビューティー~ステッ プアップ~ 2,500円 【3/8】ランランビューティー~ステッ プアップ~ 2,500円 【3/15】ランランビューティー~ステ ップアップ~ 2,500円 ...他
支払方法	会場払い
開催場所	S/PARK Studio
住所	神奈川県横浜市西区高島 1 丁目 2 - 1 1
主催者	S/PARK STUDIO

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/82842>



MAP

