3/18(土)ランニングフォーム改善クリニック・少人数セミパーソナル

少人数のセミパーソナルでのランニングフォーム改善クリニック！ ランニングフォームのレクチャー、撮影＆チェック＆アドバイス、改善のためのストレッチ、筋トレの実技、を行います。
今回は主に「股関節・お尻」をテーマに実施します。 パーソナルレッスンを受けるのはハードルが高いけど少人数でフォームのチェックをしてほしい！自分に合ったエクササイズを知りたい！という方ぜひご参加ください。

イベント名	3/18(土)ランニングフォーム改善クリニック・少人数セミパーソナル
開催日	2023/3/18
受付開始	8:45 ～
申込料	3/18(土)ランニングフォーム改善クリニック・少人数セミパーソナル 6,000円
支払方法	会場払い
参加定員	6人
開催場所	申込者のみに公開
住所	東京都渋谷区
主催者	大角 重人
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/83585