

## ランナーの股関節の動きを改善するセミナー&無酸素を有酸素化 するラン練習会

沖コーチの年に数回の北海道でのイベントです。練習とは別で講義と実技を実施します。ヨガマット必須です。 体幹部をうまく扱う事で今までにない感覚の走り、体幹部の安定感を得て、目標に辿り着こう! 初めての方やレベル関係なく参加できます。

イベント名	ランナーの股関節の動きを改善するセ ミナー&無酸素を有酸素化するラン練習 会
開催日	2023/6/10
受付開始	9:30 ~
申込料	沖コーチの野幌ランニングセミナー 3,000円 パーソナルレッスン30分 3,000円
支払方法	会場払い
開催場所	野幌総合運動公園総合体育館前
住所	北海道江別市西野幌481
主催者	ORC(オキランニングクラブ/ プロランニングコーチ沖 和彦)
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/85071



