



## たった20分で大丈夫！忙しい方のためのEMSランニング体験会

忙しくて時間がないと諦めているあなたへ。ランニングをしながら筋トレが出来るハイブリッドランニングを体験してみませんか？ わずか20分の運動で4時間分の運動効果が得られるため、身体に無理をかけず、短時間で、筋肉強化と体力向上を目指す事が可能です。

さらに、自身では鍛える事が困難なインナーマッスルも強化でき、体幹強化の効果も高い為、ダイエットはもちろんの事パフォーマンスの向上に効果的です。

イベント名	たった20分で大丈夫！忙しい方のためのEMSランニング体験会
開催日	2023/5/21
受付開始	10:00 ~
申込料	EMSランニング体験会チケット 2,000円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	EMS FIT 大濠店
住所	福岡県福岡市中央区大濠公園2-35 THE APARTMENT 2F
主催者	福岡ランニングスクール A X I I Z

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/85635>

