

サブ4を目指せ!ランナーのための体幹&呼吸エクササイズ

「ケガなく」、「より速く」走る為の

軸となる体幹を鍛え、身体の使い方が習得できるエクササイズ「ピラティス」を体感してみませんか?

イベント名	サブ 4 を目指せ!ランナーのための体 幹 & 呼吸エクササイズ
開催日	2017/7/22
受付開始	14:45 ~
申込料	ランナーのためのピラティス 2,000円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
開催場所	アトリエ・グラフィア エクササイズルーム
住所	愛知県名古屋市中村区名駅南1-3- 14-4F
主催者	マラソンのロジカル先生
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/8896



