



## 10/19(木)【SIXPADコアベルト】第2回シェイプアップ皇居RUN ！超高効率なハイブリッドラン

シックスパッドのコアベルトを活用し、体幹のトレーニングとランニングを同時に行います！  
通称「ハイブリッドラン」・体幹への意識づけ・姿勢筋の強化  
・筋トレしながら有酸素運動ができる時短&高効率などに大変おすすめです

イベント名	10/19(木)【SIXPADコアベルト】第2回 シェイプアップ皇居RUN！超高効率な ハイブリッドラン
開催日	2023/10/19
受付開始	18:30 ~
申込料	10/19(木)SIXPADで皇居ラン×筋トレ 1,000円
支払方法	会場払い
開催場所	パレスサイドビル1F
住所	東京都千代田区一ツ橋1-1-1
主催者	Re.Ra.Ku PRO(リラクプロ)ランニング
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！ <a href="https://moshicom.com/93639">https://moshicom.com/93639</a>

