



## @有明アリーナ

### いちと優のピラティス&ラン&コンディショニング

元マラソン日本代表市河×スポーツトレーナー森川優 supported by ファイテン

アシックススポーツファシリティーズ・理想のフォームに繋がるランナーズピラティス

- ・一人だと上手にできない、呼吸を上げるトレーニング
- ・自分でできる怪我を予防するセルフコンディショニング ランニングのプロがサポートいたします。

イベント名 @有明アリーナ いちと優のピラティス&ラン&コンディショニング

開催日 2023/11/18

受付開始 9:15 ~

申込料 いちとゆうのラン&ピラティス&コンディショニング 3,000円

支払方法 会場払い

開催場所 有明アリーナ

住所 東京都江東区有明1-11-1

主催者 いちぢく53

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/94418>



#### MAP

