



## 【11/23(木祝)11:30～】すごー練 みっちりセミパーソナル「ドリル・ケア(身体・栄養)編」

今回は「ドリル・ケア(身体・栄養)編」として、ランニングパフォーマンス向上に役立つドリルや日々のケア・食事のアドバイス！少人数制なので、これから始めたい方や自信のない方にもおすすめ^^  
マンツーマン指導は少しハードルが高い、、、という方も、ぜひお試しください  
個々のお悩みにも丁寧にアドバイスします！単発参加OK！

イベント名	【11/23(木祝)11:30～】すごー練 みっちりセミパーソナル「ドリル・ケア(身体・栄養)編」
開催日	2023/11/23
受付開始	11:25～
申込料	【11/23(木祝)11:30～】すごー練 みっちりセミパーソナル「ドリル・ケア(身体・栄養)編」6,000円
支払方法	会場払い
開催場所	申込者のみに公開
住所	東京都渋谷区
主催者	菅生 晶子 すごう あきこ
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/94604">https://moshicom.com/94604</a>

