



【残り半数】プロマウンテンランナーと理学療法士が教えるランニング動作改善セミナー

マラソンやトレイルランニングにおけるパフォーマンス向上の極意をプロマウンテンランナーの吉住友里と専属トレーナー兼理学療法士の一水孝志から学ぶセミナーです。

前半は動作改善・コンディショニングに関する座学と動きづくりが中心となります。

後半は身体を動かす各種ドリルを行います。

イベント名	【残り半数】プロマウンテンランナーと理学療法士が教えるランニング動作改善セミナー
開催日	2024/1/6
受付開始	13:15 ~
申込料	参加費 5,500円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	たましんRISURUホール3Fギャラリー（東京都立川市錦町3-3-20）
住所	東京都立川市錦町3-3-20
主催者	グリーンフィールド立川
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/95274

