

5月の運動教室

走り方教室



日時：**5/14**(土) 朝 **7:30~8:30**

場所：**扇町公園**

参加費：大人 **1,500 円** / 中学生以下 **1,000 円**

持ち物：運動出来る服装、靴、飲み物、タオル

※できるだけ**マスク着用**で行います

走る前に取り入れてほしいトレーニングや、楽に走れるようになるトレーニングをしっかりと指導していきます。

短距離から長距離、その他のスポーツに使える理想の走り方をお伝えします。

お申込みはコチラ↓



主催：まつもと鍼灸整骨院 TEL06-6319-8585