



Runner's+ 主催

ランニング初心者のためのストレッチ＆ラン in 大阪城公園



医療資格者による、効果的なストレッチ法を実践し、初心者にありがちなオーバーワークでの故障を防ぐことを目的としています。

日時

9/17 (土) 9:00~11:00

講師



松下 美穂

- 森ノ宮医療学園専門学校 鍼灸学科専任教員
- 鍼灸師
- 日本体育協会公認アスレティックトレーナー
- 2005年世界陸上日本代表選手団トレーナー

申込内容

集合場所	ランナーズプラス（京橋駅より徒歩 3 分）※ランニングできる服装に着替えて集合してください。		
申込方法	ランナーズプラスに直接お申込ください。 http://runners-p.jp/		
参加費用	1, 2 0 0 円（施設使用料込）	会員 5 0 0 円	
定員	2 0 名様まで		

この企画はランナーズプラス、森ノ宮医療学園専門学校の共同で行います。