



## えもと塾ペース走【30キロ走】in駒沢公園4'00/km・4'45/km

ランニングチーム「えもと塾」主催、30キロペース走のご案内です。

レースに向け月間走行距離を増やしていきましょう。ペーサー付き練習会、本練習後は流れ解散です。ウォーミングアップでは、走りの基礎となる動き、ケガ予防のためのドリルをコーチが丁寧に指導します。

イベント名 えもと塾ペース走【30キロ走】in駒沢公園4'00/km・4'45/km

開催日 2024/3/31

受付開始 9:50 ~

申込料 3/31えもと塾ペース走【30キロ走】in駒沢公園 2,500円

支払方法 会場払い

住所 東京都世田谷区駒沢5-2-10

主催者 K-Rieco

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/100319>



### MAP

