



初参加特典アリ 名城公園 1kmインターバル×7 サブ4-4.15 + ピッチの上げ方伝授

(長期短期)サブ4狙いの方のスピード練習です。

やや長めのインターバル(8分まわし)初心者の方も安心です。

ココカランの特長でもある、しっかり動き作りをします。

今回は「ピッチの上げ方」走り方を伝授します！ 初参加特典...2,000円引き！

イベント名	初参加特典アリ 名城公園 1kmインターバル×7 サブ4-4.15 + ピッチの上げ方伝授
開催日	2024/2/18
受付開始	9:00 ~
申込料	2/18(日)ココカラン名古屋定例練習会 5,000円 初参加！2/18(日)ココカラン名古屋定例 練習会 3,000円 12:15-パーソナルラン90分 10,000円
支払方法	会場払い
参加定員	14人
住所	愛知県名古屋市北区愛知県名古屋市北 区名城1-4-1 tonarino
主催者	ココカラン東京・名古屋

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/100544>



MAP

