



## 【5/6開催】kokocala

### ～皇居ラン&エクササイズ～ 肩甲骨&体幹エクササイズ編

"kokocala ～皇居ラン&エクササイズ～"は、ランニング初心者の方や健康で楽しく走り続けたい方を対象に、走りやすい体の土台作りエクササイズや、皇居1周5km（キロ6:30～7:00ペース）を走るイベントです！5月は『肩甲骨・体幹エクササイズ&皇居ラン』を開催します！また、今回はレッスン後のホットサンド&ドリンク付き

イベント名 【5/6開催】kokocala ～皇居ラン&エクササイズ～ 肩甲骨&体幹エクササイズ編

開催日 2024/5/6

受付開始 9:00～

申込料 【5/6(月祝)】『kokocala(ココカラ)』～皇居ラン&エクササイズ～に参加！  
2,500円

支払方法 会場払い

開催場所 Re.Ra.Ku PRO永田町店  
ランニング&カフェ

住所 東京都千代田区平河町2-16-1  
森タワー1F

主催者 Re.Ra.Ku PRO(リラクプロ)ランニング

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/103916>

#### MAP

