

【5/4(土)7:40~】すごー練 ラントレ&坂道インターバル



【5/4(土)7:40~】すごー練 ラントレ&坂道インターバル

ラントレで効率よく走るためのアドバイス&ドリル&トレーニングをしっかりと行います！
身体を動きやすくしてから短・長の坂道インターバル！
自身の走力や目的に合わせて行うため、走力問わずです。 集合場所は代々木公園「西門」です。

イベント名	【5/4(土)7:40~】すごー練 ラントレ&坂道インターバル
開催日	2024/5/4
受付開始	7:30 ~
申込料	【5/4(土)7:40~】すごー練 ラントレ&坂道インターバル 2,500円
支払方法	会場払い
開催場所	申込者のみに公開
住所	東京都渋谷区
主催者	菅生 晶子 すごう あきこ
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/103993

