



## 【5/26(日)8:00~】すごー練With wa-fu クロカン30km走

日影をメインに！脚作りの30km走！今回は wa-fuチームとのコラボで3グループ！ペーサー付き。足元がコロコロ変わるクロカンコースを使って、脚筋力・持久力強化、フォーム改善！一緒に楽しく頑張りましょう！！ 対象レベル前後の方もアレンジで調整可能です

イベント名	【5/26(日)8:00~】すごー練With wa-fu クロカン30km走
開催日	2024/5/26
受付開始	7:45 ~
申込料	「サブ3(5'00/km)」クロカン30km走 3,500円 「サブ3:30(5'45/km)」クロカン30km走 3,500円 「サブ4(6'25/km)」クロカン30km走 3,500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！ <a href="https://moshicom.com/104340">https://moshicom.com/104340</a>

