

毎週開催 5月スタート！
Thursday Running



葛飾区奥戸総合スポーツセンター陸上競技場

毎週木曜日19時20分開始

19:20～20:00 ウォーミングアップ→動きづくり

20:00～20:40 本練習(インターバル系)

各自ダウン、流れ解散 競技場更衣室は21:00まで利用可

8月 木曜奥戸練習会 少人数グループレッスン

奥戸陸上競技場にて、動きづくりとインターバルメニューをおこないます。

イベント名	8月 木曜奥戸練習会 少人数グループレッスン
開催日	2024/8/1 ~ 2024/8/29
受付開始	19:20 ~
申込料	1回 2,000円 4回回数券(期限3ヶ月) 6,000円 お試し1回 1,000円 ...他
支払方法	会場払い
開催場所	葛飾区奥戸総合スポーツセンター陸上競技場
住所	東京都葛飾区奥戸7-17-1
主催者	理学石川(理学療法士 石川将貴)
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/108321



MAP

