



## 1/4(土)【きのこRunインスタ部新春ラン】インターバル走1km × 5～7本/ゆっくりジョグ

新春ランイベント！

1kmインターバル走で、スピード持久力強化グループ、ゆっくりジョギングもあります。お正月休みにぴりっと練習したい！という方や翌週のハーフマラソン等に向けての調整ランにもおすすめです。

インスタ部メンバーでなくてもご参加いただけます。

|       |   |
|-------|---|
| イベント名 | 1/4(土)【きのこRunインスタ部新春ラン】インターバル走1km × 5～7本/ゆっくりジョグ  |
| 開催日   | 2025/1/4  |
| 受付開始  | 8:45 ~  |
| 申込料   | 一般（非メンバー）1,650円<br>きのこRunインスタ部メンバー 無料   |
| 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   | きのしたゆみこ   |
| 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！<br><a href="https://moshicom.com/117598">https://moshicom.com/117598</a> |

