



2月土曜日練習会【定期練習会】

効率よく身体を動かす（走る）ためのストレッチや動き作りを行った後、ランニングを行います！2月のウォーミングアップは冬の寒さに負けないよう、全身を動かしながら身体を暖め、寒い時期でもスムーズな走りに繋がるようトレーニングを実施いたします！ #クローバーランニングクラブ
#ジョグスタウイズ #RUNSHOT #ランショット #sockwell #ソックウェル

イベント名	2月土曜日練習会【定期練習会】
開催日	2025/2/1 ~ 2025/2/22
受付開始	7:20 ~
申込料	2/8 (土) 7:20 ~ 「90 ~ 120分起伏走」 2,000円 2/1 (土) 8:00 ~ 「21 ~ 30kmペース走」 現地集合をお願いいたします 2,000円 2/15 (土) 7:20 ~ 「21 ~ 30kmペース走」 2,000円 ...他
支払方法	会場払い
開催場所	ジョグスタウイズ
住所	大阪府大阪市都島区片町1-6-18
主催者	CLOVER RUNNING CLUB
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/119148

