

6kmペース走+200mダッシュ

設定ペース5:00/kmで、フラットな周回コースを使用し、安定したペースを保ちましょう！最後は200mダッシュを5本行い、しっかり刺激を入れましょう！

メニュー ストレッチ⇒実走⇒クールダウン、ストレッチ

開催日 2月5日(月)

受付時間 19:00～

実施時間 19:30～20:45

料金 1,000円
(施設利用料900円、
初回会員登録料400円or200円別途)

定員 10名(最少催行人数1名)

集合場所 Run Pit

<Run Pitスタッフ>

※本イベントは店舗スタッフが走行時のペースや安全などをサポートさせていただきます。練習会となっております。コーチングは実施致しません。スタッフ個人の経験によるアドバイスをして頂く場合がございますので参考にしてください。何卒よろしくお願い致します。

Run Pit
au Smart Sports

ご応募・お問い合わせ Run Pit (TEL:03-3286-8921)

6kmペース走+200mダッシュ

設定ペース5:00/kmで、フラットな周回コースを使用し、安定したペースを保ちましょう！最後は200mダッシュを5本行い、しっかり刺激を入れましょう！

イベント名	6kmペース走+200mダッシュ
開催日	2018/2/5
受付開始	19:00 ~
申込料	6kmペース走+200mダッシュ 1,000円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
開催場所	パレスサイドビル1F Run Pit
住所	東京都千代田区一ツ橋1-1-1
主催者	Run Pit by au Smart Sports
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/14080

