【上級者向け】2000m×3本インターバル走

設定ペース4:15/kmで、長めのインターバルを実施！強度の高い練習ですが、タイムを縮めたい方にはもってこいのイベントです！1本のみ、2本のみの参加もOKです！

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　3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く練習会となっております。コーチングは実施致しませんが、スタッフ個人の経験によるアドバイスをさせて頂く場合がございますのでご参考にしてください。何卒よろしくお願い致します。

・受付は前日まで。
定員になり次第終了。
・必ず飲料をご持参ください。
・料金は当日払い。
・キャンセルは前日までにご連絡ください。

Run Pit

ご応募・お問い合わせ　Run Pit　(TEL:03-3286-8921)

【上級者向け】2000m×3本インターバル走

設定ペース4:15/kmで、長めのインターバルを実施！強度の高い練習ですが、タイムを縮めたい方にはもってこいのイベントです！1本のみ、2本のみの参加もOKです！

イベント名	【上級者向け】2000m×3本インターバル走
開催日	2018/3/5
受付開始	19:00 ～
申込料	【上級者向け】1000m×5本インターバルトレーニング 1,000円
支払方法	会場払い
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/15169

MAP