



4/1(日)坂道インターバル走@yoyogipark

今年もやります！坂道インターバル！代々木公園内の坂道を使った1kmのインターバル走。上り坂、下り坂を使い、脚力と心肺を強化できる効率良いトレーニングです。今回はMAX10本。大阪マラソン、東京マラソンに向けて木下裕美子が行ったトレーニングです。

イベント名	4/1(日)坂道インターバル走@yoyogipark
開催日	2018/4/1
受付開始	8:00 ~
申込料	4/1(日)坂道インターバル走 2,000円
支払方法	会場払い
開催場所	代々木公園原宿門
住所	東京都渋谷区東京都渋谷区代々木公園原宿門
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！
https://moshicom.com/15434](https://moshicom.com/15434)

