★足に優しく脚にクる！ 第18回
「世田谷クロカンV坂トレーニング」

極める一歩！ バランス感覚に優れ、フレキシブルに対応できる走力を磨き、総合力の高い最強ランナーへ。小刻みなアップダウンを繰り返す林間および芝生の不整地、および上り下りのロードV字坂も取り入れながら、様々な路面変化に対応。全員での集団走（80分）＆マイペースのフリーラン（40分）合計120分のクロカン走。

イベント名	★足に優しく脚にクる！ 第18回 「世田谷クロカンV坂トレーニング」
開催日	2018/7/22
受付開始	9:15 ～
申込料	クロカンV 2,000円
支払方法	会場払い
参加定員	12人
住所	東京都世田谷区世田谷区総合運動場
主催者	μさん
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/17490

MAP