



サブ4.5達成 Fチェック Rペース走10K【4名9:45~11:45】

富山マラソンに向けてサブ4.5以上を達成したい方！！におすすめです。前半は1人ずつ癖を修正するための100mぐらいを何回か走りながら良い癖をみにつけるためにフォームチェックを行います、後半は本番のレースペースを想定して1周2.1キロのコースを約5周私と全員一緒に走ります。【私がペースランナーで随時後ろから、横から皆さんにフォームアドバイスしながら走ります】

イベント名	サブ4.5達成 Fチェック Rペース走 10K【4名9:45-11:45】
開催日	2018/9/2
受付開始	9:35 ~
申込料	サブ4.5達成 Fチェック Rペース走 10K【4名9:45-11:45】 4,000円
支払方法	会場払い
開催場所	富山県総合運動公園、補助競技場内ま たは芝生広場
住所	富山県富山市南中田 3 6 8
主催者	Run Grow Kanazawa 【running&conditioning】

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/18614>

