



## 東京 板橋 佐倉 古河 名古屋前 皇居30キロ走 キロ5分40秒 1800円

フルマラソン前に30キロ走やっておこう！ 走る前の効果的なストレッチ、お尻を使った走り方、理想的なランニングフォーム、上り下りでの走り方、指導します。知り合いと一緒に参加、練習会デビュー枠は1600円、シルバー枠は1300円、親子枠は2300円、月走り放題パックは3500円です。

イベント名 東京 板橋 佐倉 古河 名古屋前  
皇居30キロ走 キロ5分40秒 1800円

開催日 2019/2/16

受付開始 8:10 ~

申込料 皇居30キロ 1,800円  
知り合いと一緒に参加 1,600円  
練習会デビュー枠 1,600円 ...他

支払方法 クレジット決済、コンビニ決済

住所 東京都千代田区千代田

主催者 フレンドリー

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/22144>



### MAP

