



## 下りで覚醒！ 第14回 「世田谷落下坂サーキットトレーニング」

今より速く！下りで、あなたの走りは覚醒する。下り坂走を重視した、ランニングフォーム改善&スピード養成練習会。「ジャンプ系ドリル + 下り坂疾走 + 上り階段走」。  
その3種を緩走でつなぎながら、目標10セットとしたサーキットトレーニング方式。

イベント名 下りで覚醒！ 第14回「世田谷落下坂サーキットトレーニング」

開催日 2016/11/19

受付開始 9:15 ~

申込料 落下坂 2,000円

支払方法 会場払い

参加定員 15人

開催場所 世田谷区総合運動場発着

住所 東京都世田谷区大蔵4-6-1

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/3039>



### MAP

