



9/16ユツキー練スピード祭り！織田貸切 400×20～25本マラソン2時間50～4時間30分向け

400×5本5セット トータル25本！！暑いこの時期・練習の効率を上げるためにショートインターバルでスピードを磨いていきましょう！！本数を多く走ることでも持久力アップにもオススメです。ラフィネランニングスタイル所属コーチのユツキーこと永田幸栄コーチがお送りするスピードトレーニング。ペーサーのみんながしっかりサポート！！一人ではなかなか出来ない練習。一緒に頑張りましょう～

イベント名	9/16ユツキー練スピード祭り！織田貸切 400×20～25本マラソン2時間50～4時間30分向け
開催日	2019/9/16
受付開始	9:00～
申込料	サブ2.50以上 1,800円 サブ3以上 1,800円 サブ3.15以上 1,800円...他
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	申込者のみに公開
住所	東京都渋谷区
主催者	ラフィネランニングスタイル
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/32566

