心肺機能強化の為のインターバル走

1×5本のインターバル走を行ないます。また、走る前に無駄なく速く走れる方法をご提案致します。心拍数が上がり過ぎて長く走れないという方にお勧めの講座です。
なお、周回コースを各自のペースで走るので、初心者の方でもご参加頂けます

イベント名	心肺機能強化の為のインターバル走
開催日	2020/7/18
受付開始	12:50 ～
申込料	心肺機能強化の為のインターバル走 2,500円
支払方法	会場払い
開催場所	jog's Space
住所	神奈川県横浜市港北区新横浜2－14－8 オフィス新横浜406
主催者	jogsuke
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/42340

MAP