競技場を使った夏のタイムトライアル2km～5km＋ 持久力をつける下半身筋トレエクサ@皇子山

朝8:00～ウォーミングアップを始めて9:00～スタート。 夏の暑い時期でも皆引き締まる練習& この時期の走り方やペース設定についての講義もあります。担当はプロランニングコーチの沖和彦氏です。

イベント名	競技場を使った夏のタイムトライアル2km～5km＋ 持久力をつける下半身筋トレエクサ@皇子山
開催日	2020/7/5
受付開始	8:00 ～
申込料	メンバー 2,500円 一般の方 3,500円
支払方法	会場払い
開催場所	陸上競技場入り口入ったところ
住所	滋賀県大津市御陵町
主催者	ORC(オキランニングクラブ/ プロランニングコーチ沖 和彦)
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/42623

MAP