



## 【インターバル】9/16(水) (400m + 200m) × 5セット in 織田フィールド

9月は、ちょっと特殊なセットインターバルの季節。

セットインターバル走の目的は、8月に付けたスピードをだんだん長い距離に対応させていくことです。コーチが個別にペース設定を行いコーチングします。

マラソン練習に効果抜群な夜明け前セットインターバル走に挑戦してみましょう。

イベント名	【インターバル】9/16(水) (400m + 200m) × 5セット in 織田フィールド
開催日	2020/9/16
受付開始	18:40 ~
申込料	練習会チケット 1,500円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
参加定員	10人
開催場所	織田フィールド
住所	東京都渋谷区神南2-3-1
主催者	夜明け前陸上部
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！ <a href="https://moshicom.com/43750">https://moshicom.com/43750</a>

