



## 【9/12,26(土)】夕暮れスピ練部

夕暮れ時にスピードトレーニングを行い、短時間で効率よくレベルアップしましょう  
ランニングに効果的なウォームアップエクササイズ、ドリルも行います。

イベント名	【9/12,26(土)】夕暮れスピ練部
開催日	2020/9/12 ~ 2020/9/26
受付開始	18:15 ~
申込料	9/12(土) ( 1000m+400m ) × 3 ~ 4 セット 2,000円 9/26(土)400m × 4 ~ 8本+2000 ~ 3000mペース走 2,000円
支払方法	会場払い
開催場所	申込者のみに公開
住所	東京都渋谷区
主催者	きのしたゆみこ
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/44695">https://moshicom.com/44695</a>

