



## 【4.3土曜日】 岸辺・健都/ 沖コーチのミドル(10km ~ 21.0975)練習&負担なく速く走る講義

岸辺駅から徒歩圏内の健都レールサイドの周回を利用して行うミドル走練習会です。サブスリー前後で走る方にはペースメーカーも予定しています。

イベント名	【4.3土曜日】 岸辺・健都/ 沖コーチのミドル(10km ~ 21.0975)練習&負担なく速く走る講義
開催日	2021/4/3
受付開始	9:00 ~
申込料	ランニングクラブ加入者 2,500円 一般の方(早割3月中の申し込み) 2,500円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	タイムズ岸部新町(岸辺駅から歩いて750mほど)
住所	大阪府摂津市千里丘新町
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！ <a href="https://moshicom.com/52199">https://moshicom.com/52199</a>

