4/21,28(水) 水曜夜ラン部(仮)

水曜夜のランニングイベント「水曜夜ラン部(仮)」開催します！ フォーム改善にもつながるストレッチやドリルでウォームアップ、走力アップのためのバリエーション豊富なラントレ、回復を促すしっかりクールダウン、と「学びの多い」盛りだくさんの内容の90分。
マラソン・ランニングの指導経験豊富な、大角重人、田中友歩が丁寧に指導します！

イベント名	4/21,28(水) 水曜夜ラン部(仮)
開催日	2021/4/21～2021/4/28
受付開始	19:00 ～
申込料	4/21(水) 上り坂＆平坦1km×4～6本 2,000円 4/28(水) (2周(約2.32km)＋1周(約1.16km))×2～3セット 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	大角 重人
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/53399