

【上級者向けEVENT】
SPEED UP!!!

インターバル
トレーニング

毎週月曜日 ※20日は祝日の為休み
19:30スタート

一人で練習するにはハードルが高いインターバル走！スタッフがしっかりペースを守りサポート致します！設定ペースはMAX4:30/km!しっかりトレーニングしましょう！

***** **詳細** *****

◎日時:3月6/13/27日 19:30スタート (受付19:00) 20:45終了予定
※終了時間は少し伸びる可能性があります

◎イベント参加費:1000円
※別途、施設利用料(一般会員の場合900円+初回登録料400円or200円)が必要になります。

◎内容:MAX4:30/kmのインターバルトレーニング

◎対象:SPEEDを高めたいランナーの方

◎定員:10人/ (先着順) ※定員に達し次第、受付を終了いたします。

お申し込み・詳細はTEL:03-3286-8921。又は、店頭スタッフまでお声かけください。

Run Pit

【上級者向け】SPEED UP!! インターバルトレーニング

一人で練習するにはハードルが高いインターバル走！スタッフがしっかりペースを守りサポート致します！設定ペースはMAX4:30/km!しっかりトレーニングしましょう！

イベント名	【上級者向け】SPEED UP!! インターバルトレーニング
開催日	2017/3/13
受付開始	19:00 ~
申込料	インターバルトレーニング3/13 1,000円
支払方法	会場払い
開催場所	パレスサイドビル1F Run Pit
住所	東京都千代田区一ツ橋1-1-1
主催者	Run Pit by au Smart Sports
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/5475

