



## 【ざわちゃん練】

### 8/9（月祝）リフレッシュしながら足腰強化！高尾山に登ろう！

元実業団ランナー、ストレッチトレーナーの西澤果穂がコーチを務め、“楽しむ”を第一に、サブ3.5～サブ4を目指して主に代々木公園を拠点に行われる練習会。

イベント名	【ざわちゃん練】8/9（月祝）リフレッシュしながら足腰強化！高尾山に登ろう！
開催日	2021/8/9
受付開始	8:50～
申込料	山の日！じゃないけど高尾山登ろう！ 2,000円 高尾登山 学割 1,000円
支払方法	会場払い
開催場所	高尾山口駅 改札を出たお団子屋さん付近
住所	東京都八王子市高尾町
主催者	西澤 果穂 / ざわちょ
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/58109">https://moshicom.com/58109</a>

