クレイジーランニング フライデー（2021年9月）

毎週金曜日の夜は、クレイジーなランニングを楽しむためのスクールを開催します！長時間高強度なランニングでも耐えられる心肺機能強化や、強靭な足腰を鍛えるための下半身トレーニングとしてのスプリント系メニュー、ジャンプ系メニュー。そして、それを実現するために適切に身体を使いこなすための、ラダー、ミニハードル、ミニコーンなどを使ったドリル練習になります。

プラン名	クレイジーランニング フライデー（2021年9月）
募集期間	2021/8/24 17:58〜2021/9/24 23:59
申込料	9/3（金）参加チケット 2,200円 9/10（金）参加チケット 2,200円 9/17（金）参加チケット 2,200円 …他
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	申込者のみに公開
住所	東京都墨田区
主催者	一般社団法人 Regional 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/58970