



下りで覚醒！ 第15回 「世田谷落下坂サーキットトレーニング」

今より速く！下りで、あなたの走りは覚醒する。下り坂走を重視した、ランニングフォーム改善&スピード養成練習会。「ジャンプ系ドリル + 下り坂疾走 + 上り階段走」。
その3種を緩走でつなぎながら、目標10セットとしたサーキットトレーニング方式。

イベント名	下りで覚醒！ 第15回 「世田谷落下坂サーキットトレーニング」
開催日	2017/5/27
受付開始	9:15 ~
申込料	落下坂覚醒 2,000円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
住所	東京都世田谷区総合運動場
主催者	μさん
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/5918

