

**【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
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:4月3/10/17日/24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!春も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	2017/4/24
受付開始	19:00 ~
申込料	インターバルトレーニング 1,000円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
開催場所	Run Pit
住所	東京都千代田区一ツ橋1-1-1 パレスサイドビル1F
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/5985

