



「サブ3.5」すごー練 【10/30(土),11/3(水祝),6(土),13(土)】

土日祝「サブ3.5」すごー練

【10/30(土),11/3(水祝),6(土),13(土)】

サブ3.5向けの練習会！足元がコロコロ変わる不整地のクロカンコースを使って、脚筋力・持久力強化、フォーム改善！一人では難しい質の高い練習を一緒に行いましょう！！

イベント名	土日祝「サブ3.5」すごー練【10/30(土),11/3(水祝),6(土),13(土)】
開催日	2021/10/30～2021/11/13
受付開始	7:20～
申込料	10/30(土)7:30～9:45(受付7:20～)クルーズインターバル走(3km×5)2,500円 11/3(水祝)9:00～11:15(受付8:50～)16km変化走2,500円 11/6(土)7:30～9:30(受付7:20～)ファルトレク2,500円...他
支払方法	会場払い
開催場所	申込者のみに公開
住所	東京都渋谷区
主催者	菅生 晶子 すごう あきこ
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/60575

