



## 【11/23(火祝)】すごー練16kmB-up「サブ3.5 (7:30～)」 「サブ4 (10:10～)」

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！充実した朝を過ごしましょう

イベント名	【11/23(火祝)】すごー練16kmB-up「サブ3.5 (7:30～)」 「サブ4 (10:10～)」
開催日	2021/11/23
受付開始	7:20～
申込料	【11/23(火祝)】すごー練16kmB-up「サブ3.5 (7:30～)」 2,500円 【11/23(火祝)】すごー練16kmB-up「サブ4 (10:10～)」 2,500円
支払方法	会場払い
参加定員	20人
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！ <a href="https://moshicom.com/61935">https://moshicom.com/61935</a>

