



## 【1月平日朝】すごー練「サブ3.5」「サブ4」「サブ4.5」「サブ5」

すごうが引っ張る「すごー練」。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	【1月平日朝】すごー練「サブ3.5」「サブ4」「サブ4.5」「サブ5」	
開催日	2022/1/4 ~ 2022/1/31	
受付開始	6:50 ~	
申込料	1/6(木)【サブ4】3km + 1km × 3 1,500円 1/5(水)【サブ3.5】ファルトレク(1分速 1分遅) 1,500円 1/13(木)【サブ5】B-UP6km 1,500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！ <a href="https://moshicom.com/63668">https://moshicom.com/63668</a>	

