



ランステ公認：ガチゆるで燃やせ脂肪！修造コーチの「夏のガチ練&ゆる走（サブ4-430レベル向け）」

ランナーも利用可能な自転車駐輪場「HIBIYA

RIDE（ヒビヤライド）」を拠点とする、ランステ公認練習会です。トレーニングの前半で高強度の坂道インターバルトレーニングを行い、後半は10キロ程度の低強度（ゆるラン）のトレーニングを組み合わせで行います。

イベント名 ランステ公認：ガチゆるで燃やせ脂肪！修造コーチの「夏のガチ練&ゆる走（サブ4-430レベル向け）」

開催日 2022/7/4

受付開始 19:00 ~

申込料 【7月4日】修造コーチのガチ練&ゆる走 900円

支払方法 会場払い

参加定員 15人

開催場所 HIBIYARIDE（ヒビヤライド） 受付場所

住所 東京都千代田区日比谷公園1-2
日比谷駐車場地下1階

主催者 ランステ公認練習会 運営担当
株式会社ユアチーム

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/70807>

MAP

