



しらとり練【チャレンジサブ3.5】6月21日(火)19:00 ~ 7kmペース走 + 300m x 4本

「速く・ケガなく・美しく」走るノウハウを教えます！

メイン練習は7kmペース走(4'50"/km) + 300m x 4本(75", Rest:60") ペーサーがつきます 白取流のランニング上達のために必須のドリルやトレーニング、コンディショニングを整えるクールダウンのノウハウを伝授します！

イベント名	しらとり練【チャレンジサブ3.5】6月21日(火)19:00 ~ 7kmペース走 + 300m x 4本
開催日	2022/6/21
受付開始	19:00 ~
申込料	【サブ3.5】練習会参加チケット 1,500円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	皇居前広場の桔梗門側(パレスホテル側)
住所	東京都千代田区皇居外苑2
主催者	しらとりスポーツサポート

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/71490>



MAP

