



【7/18(月)】すごー練 1 DAY合宿 @野川公園 (各部門ごとの単発参加OK！)

今回は野川公園で一日合宿！ 第一部「クロカンインターバル走800～600M×8本」
第二部「サーキットトレーニング」 第三部「90分LSD+ラントレ」
バラエティーに富んだ盛り沢山の一日に！ 単発での参加もOKです！
どの練習もアレンジ可能なので走力は問いません

イベント名	【7/18(月)】すごー練 1 DAY合宿 @野川公園 (各部門ごとの単発参加OK！)
開催日	2022/7/18
受付開始	7:20～
申込料	【7/18(月)】すごー練 1 DAY合宿 @野川公園 第一部(クロカンインターバル走) 2,500円 【7/18(月)】すごー練 1 DAY合宿 @野川公園 第二部(サーキットトレーニング) 2,500円 【【7/18(月)】すごー練 1 DAY合宿 @野川公園 第三部(90分LSD+ラントレ) 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	東京都小金井市
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/71587

