SHIRATORI
Sports Support

# しらとり練【サブ3】7月12日（火朝）10kmファルトレク走(変化走)＋300mダッシュ

**「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10kmファルトレク走(変化走)＋。※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【サブ3】7月12日（火朝）10kmファルトレク走(変化走)＋300mダッシュ |
| 開催日 | 2022/7/12 |
| 受付開始 | 9:30 ～ |
| 申込料 | 【サブ３】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！<br>https://moshicom.com/71794 |

MAP