



## 7月水曜夜ラン部

毎回のテーマに沿ったストレッチやドリルでしっかりウォームアップ、走力アップのためのバリエーション豊富なラントレ、回復を促すしっかりクールダウン、と「学びの多い」盛りだくさんの内容の90分。

イベント名	7月水曜夜ラン部
開催日	2022/7/6 ~ 2022/7/27
受付開始	19:00 ~
申込料	7/6(水)3000m ~ 5000m+2000m+1000m 2,000円 7月全日程参加 8,000円 7/13(水)(1200m+400m) x 3 ~ 4セット 2,000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	大角 重人
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/72546">https://moshicom.com/72546</a>

