



## しらとり練【チャレンジサブ3】8月23日(火朝) 500m x 10本インターバル走

「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500m x 10本インターバル走。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【チャレンジサブ3】8月23日(火朝) 500m x 10本インターバル走
開催日	2022/8/23
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！ <a href="https://moshicom.com/72779">https://moshicom.com/72779</a>

