名古屋/平和公園 ランナーの為の筋トレ→スピード練習→プチトレラン2時間(LSD)★特典付き

暑い夏は日陰や室内で筋トレ！＆サクッとスピ連、その後木陰の多いプチトレランで脚づくりや軽いトレラン練習になります♪
また、TVで紹介されたガチユル走になるので、体脂肪を効果的に使える後半に強い身体をつくります！
※イベント参加者には一週間ココカランオンラインサロン一週間体験プレゼントします！
ココカランオンラインサロンページ↓ https://moshicom.com/47024/

イベント名	名古屋/平和公園 ランナーの為の筋トレ→スピード練習→プチトレラン2時間(LSD)★特典付き
開催日	2022/7/24
受付開始	9:00 ～
申込料	7/24(日)ココカラン名古屋定例練習会 5,000円
支払方法	会場払い
参加定員	8人
開催場所	千種スポーツセンター
住所	愛知県名古屋市千種区平和公園
主催者	ココカラン東京・名古屋
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/73139

MAP