



8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	8月水曜夜ラン部
開催日	2022/8/3 ~ 2022/8/31
受付開始	19:00 ~
申込料	8/3(水)上り坂100mダッシュ×7~10+1000m×2~3本 2,000円 8月全日程参加 10,000円 8/10(水)1600m×3~4本 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！ https://moshicom.com/73791

