



【8/20(土)8:30~】「サブ3:15~4:30」アレンジ色々 インターバル @織田フィールド

インターバル走で、スピード能力向上、スタミナ強化を目指しましょう！競技場を使い、ロードやクロカンに比べてよりスピードに特化した練習会です。ウォーミングアップからクールダウンまでしっかりと行います！ 距離アレンジで走力に合わせて調整が可能です

イベント名	【8/20(土)8:30~】「サブ3:15~4:30」アレンジ色々 インターバル @織田フィールド
開催日	2022/8/20
受付開始	8:15 ~
申込料	8/20(土)「サブ3時間15分~3時間45分」(4'30~25/km) 2,500円 8/20(土)「サブ4時間~4時間30分」(5'10~05/km) 2,500円
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	菅生 晶子 すごう あきこ
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/74030

