

SPランニングクラス
 2022/9/30(金) 19:30スタート
 1km×5～8本 インターバル走
 (4'15"～4'00"/km) ※本数・ペース変更可能 ※参加は各自で準備ください

料金
 一般 ¥1,500(税込)
 法人 ¥1,000(税込)
 ※施設利用料込の金額です。

コーチ紹介
大谷くみこ
 ◆自己ベスト◆
 5000m 15'31"65
 (日本高校歴代8位) ※2021年12月現在
 ハーフマラソン 1時間13分57秒

SPEED 速くなりたい方
SPECIAL 特別なトレーニングをしたい方

元実業団選手のアドバイスが受けられる練習会
 自己ベストを更新したい方、サブ3またはそれ以上を目標
 としている方大歓迎です。

お問い合わせ
06-6450-6613
 ランニングベース大阪城

申込方法
 e-moshicomネット予約

大阪府大阪市中央区大阪城3-1
 JO-TERRACE OSAKA E TERRACE 104

9月30日(金) 【1km×5～8本 インターバル走】 限定20名 SPランニングクラス

イベント名	9月30日(金) 【1km×5～8本 インターバル走】 限定20名 SPランニングクラス
開催日	2022/9/30
受付開始	7:00～
申込料	一般 1,500円 法人 1,000円
支払方法	会場払い
開催場所	ランニングベース大阪城
住所	大阪府大阪市中央区大阪城3-1
主催者	RUNNING BASE 大阪城

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/74904>

