



【10/9(日)7:30~】すごー練「サブ3.5」「サブ4」クロカン30km走

秋冬の大会に向けて！走り込み30km走！足元がコロコロ変わるクロカンコースを使って、脚筋力・持久力強化、フォーム改善！一緒に頑張りましょう！！日影が多く走りやすいコースです^^
対象レベル前後の方もアレンジで調整可能です

イベント名	【10/9(日)7:30~】すごー練「サブ3.5」「サブ4」クロカン30km走
開催日	2022/10/9
受付開始	7:20 ~
申込料	【10/9(日)】すごー練「サブ3.5」クロカン30km走 3,500円 【10/9(日)】すごー練「サブ4」クロカン30km走 3,500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/74947

