9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	9月水曜夜ラン部
開催日	2022/9/7〜2022/9/28
受付開始	19:00 〜
申込料	①9/7(水)800mB-up走×6〜8本 2,000円 9月全日程参加 8,000円 ②9/14(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/75382