



## しらとり練【チャレンジサブ3.5】10月13日（木夜）7km+300m ×4

「速く・ケガなく・美しく」走るノウハウを教えます！メイン練習は7km+300m×4。ペースーがつきます。白取流のランニング上達のために必須のドリルやトレーニング、コンディショニングを整えるクールダウンのノウハウを伝授します！

イベント名	しらとり練【チャレンジサブ3.5】10月13日（木夜）7km+300m×4
開催日	2022/10/13
受付開始	19:00～
申込料	【サブ3.5】練習会参加チケット 1,500円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	皇居前広場
住所	東京都千代田区皇居外苑2
主催者	しらとりスポーツサポート
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！ <a href="https://moshicom.com/75810">https://moshicom.com/75810</a>

