SHIRATORI
Sports Support

しらとり練【チャレンジサブ3,3:15,3.5】11月3日(木・祝）7kmペース走+1km×3本

「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+1km×3本。サブ3・3:15・3.5クラスに分かれて行います（※各クラスにペーサーがつきます） 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3,3:15,3.5】11月3日(木・祝）7kmペース走+1km×3本
開催日	2022/11/3
受付開始	8:00 ～
申込料	【サブ3.5】練習会参加チケット 2,000円 【サブ3】練習会参加チケット 2,000円 【サブ3:15】練習会参加チケット 2,000円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	皇居前広場の桔梗門側(パレスホテル側)
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！ https://moshicom.com/76105

MAP