



## 11月20日(日) ランニングクリニック + 100分ロングランin昭和の森・小中池公園

起伏のある昭和の森・小中池公園を生かして秋・冬のマラソン・トラックシーズンに向けての脚作りやゆっくり長く走る練習会です！キロ6分より遅いペースで行います  
今回は走る前に20分ほどランニングクリニックも行います！100分ロングランのみの参加も可能です！

イベント名	11月20日(日) ランニングクリニック + 100分ロングランin昭和の森・小中池公園
開催日	2022/11/20
受付開始	7:50 ~
申込料	11月20日練習会 700円
支払方法	会場払い
開催場所	小中池公園
住所	千葉県大網白里市小中1538
主催者	Kazato
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/78112">https://moshicom.com/78112</a>

