



## 12月水曜練習会

効率的よく身体を動かす（走る）ためのストレッチや動き作りを行った後、走りのトレーニングを行います！水曜練はスピード強化や心肺機能を高めるトレーニングをメインに実施しています！

イベント名	12月水曜練習会
開催日	2022/12/1 ~ 2022/12/28
受付開始	18:40 ~
申込料	12/7（水）19：00～HRC練習会 1,000円 12/14（水）19：00～HRC練習会 1,000円 12/28（水）19：00～HRC練習会 1,000円
支払方法	会場払い
開催場所	申込者のみに公開
住所	大阪府大阪市中央区
主催者	CLOVER RUNNING CLUB
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/78747">https://moshicom.com/78747</a>

