

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! https://moshicom.com/78747

