【初心者向け】1ヶ月で10km走れるようになるランニングプログラム@皇居

ランニング初心者を対象にランニングの基本からレクチャーします。走り始めは自分に合ったペースはどれくらいなのか、週にどれくらいの練習を行うとちょうどいいのか、10km歩かずに走れるようになるにはどのようなトレーニングを行うといいのか、そんな疑問や不安を解消していただくためのプログラムです。

イベント名	【初心者向け】1ヶ月で10km走れるようになるランニングプログラム@皇居
開催日	2017/7/8
受付開始	14:00 ～
申込料	【初心者向け】1ヶ月で10km走れるようになるランニングプログラム@皇居 5,000円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	ランピット
住所	東京都千代田区一ツ橋1-1-1 パレスサイドビル1F
主催者	TRACK TOKYOランニングクラブ
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/8136

MAP