



走力UPの為のインターバルトレーニング

1km×3～5本のスピード系トレーニング。心肺機能を強化する為に効果的なトレーニング！1周1kmの周回コースでご自身のペースで走れるので、初めてスピード練習をするという方でも安心してご参加頂けます。

イベント名	走力UPの為のインターバルトレーニング
開催日	2017/7/9
受付開始	12:50～
申込料	走力UPの為のインターバルトレーニング 2,500円
支払方法	会場払い
開催場所	jog's Space
住所	神奈川県横浜市港北区新横浜2-14-8オ フィス新横浜406
主催者	jogsuke

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/8306](https://moshicom.com/8306)

