



## しらとり練【チャレンジサブ3】4月25日(火朝)

### 10kmファルトレク走(変化走)+300mダッシュ

「速く・ケガなく・美しく」走ることを目指す練習会です。メイン練習だけでなく「ウォーミングアップ・ドリル・動き作り・クールダウン」にもしっかり時間をかけて実施していきます！メイン練習はペースが付きません。

イベント名	しらとり練【チャレンジサブ3】4月25日(火朝) 10kmファルトレク走(変化走)+300mダッシュ
開催日	2023/4/25
受付開始	9:30 ~
申込料	【サブ3】練習会参加チケット 1,500円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	皇居前広場の桔梗門側(パレスホテル側)
住所	東京都千代田区皇居外苑2
主催者	しらとりスポーツサポート
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/83677">https://moshicom.com/83677</a>

