



【初心者～サブ5向け】初めての坂ダッシュ！

起伏ある赤坂周辺にて坂トレーニングを行います。赤坂御所周回（約3.3km）を1周した後、坂ダッシュを行います。スタミナ・スピード両方を鍛えられます。アップダウンの地形を利用したトレーニングでワンランクアップ間違い無し！この機会に是非挑戦してみましょう。

イベント名	【初心者～サブ5向け】初めての坂ダッシュ！
開催日	2023/4/1
受付開始	13:30～
申込料	一般 1,500円
支払方法	会場払い
開催場所	Re.Ra.Ku PRO 永田町店 ランニング&カフェ
住所	東京都千代田区平河町
主催者	雅（みやび）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/83868

