



【4/22(土)7:30～】すごー練

「サブ3:45」15km変化走・「サブ4」クルーズインターバル

足元がコロコロ変わる不整地のクロカンコースを使って、脚筋力・持久力強化、フォーム改善！充実した朝を過ごしましょう 対象レベル前後の方もアレンジで調整可能です

イベント名	【4/22(土)7:30～】すごー練 「サブ3:45」15km変化走・「サブ4」クルーズインターバル
開催日	2023/4/22
受付開始	7:20～
申込料	【4/22(土)7:30～】すごー練 「サブ3:45」15km変化走・「サブ4」クルーズインターバル 2,500円
支払方法	会場払い
開催場所	申込者のみに公開
住所	東京都渋谷区
主催者	菅生 晶子 すごう あきこ
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/84682

