



## 【雅練】サブ4.25 ~ 4.5向け 坂、坂、坂！！赤坂アップダウン走&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	【雅練】サブ4.25 ~ 4.5向け 坂、坂、坂！！赤坂アップダウン走&坂ダッシュ
開催日	2023/6/4
受付開始	14:00 ~
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！ <a href="https://moshicom.com/86258">https://moshicom.com/86258</a>

