



ランステ公認:@さいたま彩湖 REDコーチのサブ4～4.5向け練習会 秋に向けたトレーニング 6月

ランステの公認練習会。さいたまの彩湖周回コースでの開催です。
サブ4～4.5を目標のランナーさんに向けた練習会です。秋のレースに向け、彩湖周回を使ったペース走・
閾値(LT)走を中心にカラダづくりのドリルを織りませ、キツ楽しい練習を行います。

イベント名	ランステ公認:@さいたま彩湖 REDコーチのサブ4～4.5向け練習会 秋に向けたトレーニング 6月
開催日	2023/6/18
受付開始	8:45 ~
申込料	【6/18@さいたま彩湖】REDコーチのサブ4練習会 1,000円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
開催場所	荒川彩湖公園 カマキリ遊具付近 集合場所
住所	埼玉県さいたま市桜区大字田島
主催者	ランステ公認練習会 運営担当 株式会社ユアチーム

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/86331>

