5月水曜練習会【少人数練習会】

CLOVER RUNNING CLUBの前身であるHRC練習会です！ 効率よく身体を動かす（走る）ためのストレッチや動き作りを行った後、走りのトレーニングを行います！
水曜練は大阪城公園周辺にてスピード強化や心肺機能を高めるトレーニングをメインに実施しています！

イベント名	5月水曜練習会【少人数練習会】
開催日	2023/5/1〜2023/5/31
受付開始	18:40 〜
申込料	5/10（水）19：00〜「60分起伏走」 1,000円 5/24（水）19：00〜「5kmT.T（タイムトライアル）」 1,000円 5/17（水）19：00〜「1kmインターバル走」 1,000円 …他
支払方法	会場払い
開催場所	申込者のみに公開
住所	大阪府大阪市中央区
主催者	CLOVER RUNNING CLUB
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/86421