



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	大阪府大阪市中心区
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

