



【スピード練習 サブ5～サブ4】皇居土曜練習会

土曜日皇居練習会ではサブ5、サブ4を目指す方が対象です。

期分けされたカリキュラムに沿って目標達成を目指します。基本の練習に加え、距離走、スピードトレーニングなどを徐々に取り入れ、レベルアップしていきましょう!!

同じ目標を持つ仲間が出来ます、お互いに刺激しあい練習しましょう!!

ランニングだけではなくケガ予防のトレーニングやワンポイント講習会などを実施します!!

イベント名	【スピード練習 サブ5～サブ4】 皇居土曜練習会
開催日	2023/6/24
受付開始	9:00 ~
申込料	0624 皇居土曜練習会 無料
開催場所	皇居周辺
住所	東京都千代田区千代田1
主催者	一般社団法人日本ジョギング協会 Momona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!](https://moshicom.com/86490)
<https://moshicom.com/86490>

