

5月水曜夜ラン部

毎回のテーマに沿ったストレッチやドリルでしっかりウォームアップ、走力アップのためのバリエーション豊富なラントレ、回復を促すしっかりクールダウン、と「学びの多い」盛りだくさんの内容の90分。

イベント名	5月水曜夜ラン部
開催日	2023/5/10 ~ 2023/5/31
受付開始	19:00 ~
申込料	5/10(水) 1600m×3~4本 2,000円 5/17(水) 400m×5~6+2000~3000m 2,000円 5/24(水) 3000m~5000m+2000m+1000m 2,000円 …他
 支払方法	会場払い
開催場所	申込者のみに公開
住所	東京都渋谷区
主催者	大角 重人
 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/86521

