



【6/17(土)8:30~】すごー練「サブ3:15~サブ4」トラック練習 @織田フィールド

競技場で自身のレベルに合わせた練習を！（4分30秒~35秒/Km）「サブ3:15」10000mPR+
「サブ3:30」1000m×7+ 「サブ3:45」400m×12+ 「サブ4」（100m×4）8S+
当日の状態に合わせて決めてOK！ 対象レベル前後の方もアレンジで調整可能です

イベント名	【6/17(土)8:30~】すごー練「サブ3:15~サブ4」トラック練習 @織田フィールド
開催日	2023/6/17
受付開始	8:20 ~
申込料	【6/17(土)8:30~】すごー練「サブ3:15~サブ4」トラック練習 @織田フィールド 2,500円
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	菅生 晶子 すごう あきこ
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/87129

