【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+α
「サブ3:30」1000m×7+α 「サブ3:45」400m×12+α 「サブ4」（100m×4）8S＋α
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