



6/4(日)代々木公園クロカン部・不整地1kmインターバル走 [サブ3~5時間台対象]

クロスカントリーコースを使ったインターバルトレーニング! 芝、土の不整地コースを使い走力アップを目指します。コーチ陣がしっかり並走、アドバイス、サポートします。気温が上がってくるこの季節、木陰で効率よくトレーニングしましょう! コーチ陣がしっかり並走、アドバイス、サポートします。インターバル中の動画撮影も行いますのでフォームが気になる方もぜひご参加ください。

イベント名	6/4(日)代々木公園クロカン部・不整地1kmインターバル走 [サブ3~5時間台対象]
開催日	2023/6/4
受付開始	7:45 ~
申込料	6/4(日)代々木公園クロカン部・一般 2,000円 6/4(日)代々木公園クロカン部・きのこRunインスタ部メンバー 1,500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	きのしたゆみこ
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/87287

