【雅練】サブ4向け！1000m×8インターバル

サブ4設定レベルのインターバルトレーニングです。 インターバルと聞くときついイメージを持たれると思いますが皆さんで集まって取り組めばきっと楽しく走り切れます！少しレベルが高くともそれぞれで本数や距離調整していただいてもOK！ 是非集まって楽しくインターバルしましょう♪♪

イベント名	【雅練】サブ4向け！1000m×8インターバル
開催日	2023/6/30
受付開始	18:30 ～
申込料	一般 1,500円
支払方法	会場払い
開催場所	代々木公園陸上競技場（織田フィールド）
住所	東京都渋谷区神南
主催者	雅（みやび）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/87950

MAP