

6月水曜夜ラン部



6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	6月水曜夜ラン部
開催日	2023/6/7～2023/6/28
受付開始	19:00～
申込料	6/7(水) 1600m×3～4本 2,000円 6/14(水) 400m×5～6+2000～3000m 2,000円 6/21(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/88318

