



## 【雅練】サブ5～5.5向け 山王坂ダッシュ！×10

永田町にございます山王坂にて坂ダッシュを行います。夏の厳しい暑さの季節は長い時間かけて走るよりも短時間でピリッとした負荷を与えられる坂ダッシュがおすすめです！スピード強化、心肺機能向上、アップダウン対策などにぜひご活用ください。本数は各自で調整も可能です。お気軽にご参加ください

イベント名	【雅練】サブ5～5.5向け 山王坂ダッシュ！×10
開催日	2023/7/30
受付開始	14:00～
申込料	一般 1,500円
支払方法	会場払い
開催場所	Re.Ra.Ku PRO永田町店 ランニング&カフェ
住所	東京都千代田区平河町
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！ <a href="https://moshicom.com/89326">https://moshicom.com/89326</a>

