



## 【8/13(日)7:30～】すごー練「サブ3:30」15kmB-UP「サブ3:45」カットダウン

足元がコロコロ変わる不整地のクロカンコースを使って、脚筋力・持久力強化、フォーム改善！充実した朝を過ごしましょう 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	【8/13(日)7:30～】すごー練「サブ3:30」15kmB-UP「サブ3:45」カットダウン
開催日	2023/8/13
受付開始	7:20～
申込料	【8/13(日)7:30～】すごー練「サブ3:30」15kmB-UP「サブ3:45」カットダウン 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！ <a href="https://moshicom.com/90361">https://moshicom.com/90361</a>

