



9月水曜練習会【少人数練習会】

CLOVER RUNNING CLUBの前身であるHRC練習会です！効率よく身体を動かす（走る）ためのストレッチや動き作りを行った後、走りのトレーニングを行います！

水曜練は大阪城公園周辺にてスピード強化や心肺機能を高めるトレーニングをメインに実施しています！
#クローバーランニングクラブ

イベント名	9月水曜練習会【少人数練習会】
開催日	2023/9/1 ~ 2023/9/27
受付開始	18:40 ~
申込料	講師体調不良により中止 9/6（水）19：00 ~ 「40～60分起伏走」 1,000円 9/20（水）19：00 ~ 「10kmペース走」 1,000円 9/13（水）19：00 ~ 「ファルトレク走」 1,000円 ...他
支払方法	会場払い
開催場所	申込者のみに公開
住所	大阪府大阪市中央区
主催者	CLOVER RUNNING CLUB
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/91929

