



えもと塾【30キロ走】in駒沢公園 3'55/km・4'15/km・4'50/km

ランニングチーム「えもと塾」のメンバーと一緒に練習しましょう！

シーズンに向け実戦を想定した30km走で、フルマラソンの感覚をつかみましょう。ペーサー付き練習会、本練習後は流れ解散です。ウォーミングアップでは、走りの基礎となる動き、ケガ予防のためのドリルをコーチが丁寧に指導します。

イベント名	えもと塾【30キロ走】in駒沢公園 3'55/km・4'15/km・4'50/km
開催日	2023/11/12
受付開始	13:00 ~
申込料	11/12(日)えもと塾【30キロ走】in駒沢公園 2,500円
支払方法	会場払い
住所	東京都世田谷区駒沢5-2-10
主催者	K-Rieco
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/94397



MAP

