



えもと塾ペース走【30キロ走】in駒沢公園

3'50/km ・ 4'10/Km ・ 4'50/km

ランニングチーム「えもと塾」主催、走り込みのご案内です。

年明けのレースに向け月間走行距離を増やしていきましょう。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ご案内します。

イベント名	えもと塾ペース走【30キロ走】in駒沢公園 3'50/km ・ 4'10/Km ・ 4'50/km
開催日	2023/12/17
受付開始	10:20 ~
申込料	12/17えもと塾ペース走【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/95513



MAP

