



【4/7(日)8:30】「すごー練 With wa-fu」一旦ただいま！トラック練習！

一旦帰国中にも開催します！笑 ランニングパフォーマンス&走力向上！！

しっかりウォーミングアップをしてから、トラックで質の高い練習を！

今回はA～Dまで4グループ！各グループペーサー付き。アレンジによりサブ3:15～4:15まで対応^^
輪・我・和を大切にする「wa-fu Running Club」とコラボして楽しく走ります

イベント名	【4/7(日)8:30】「すごー練 With wa-fu」一旦ただいま！トラック練習！
開催日	2024/4/7
受付開始	8:15 ~
申込料	【4/7(日)8:30】「すごー練 With wa-fu」 A (4'30/km) 3,000円 【4/7(日)8:30】「すごー練 With wa-fu」 B (4'50/km) 3,000円 【4/7(日)8:30】「すごー練 With wa-fu」 C (5'10/km) 3,000円 ...他
支払方法	会場払い
開催場所	申込者のみに公開
住所	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！ https://moshicom.com/96683

