



## ！集合場所変更！えもと塾ペース走【30キロ走】in駒沢3'55-50/ Km・4'15-10/km

ランニングチーム「えもと塾」主催、年始走り込みのご案内です。  
カロリー調整また年明けのレースに向け走行距離を増やしましょう。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	！集合場所変更！えもと塾ペース走【30キロ走】in駒沢3'55-50/Km・4'15-10/km
開催日	2024/1/2
受付開始	14:20 ~
申込料	1/2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
開催場所	駒沢公園トレーニングルーム前
住所	東京都目黒区東が丘2-16
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/96867>



### MAP

