



## えもと塾ペース走【30キロ走】in駒沢 4'15-10/km ・ 4'50/km

ランニングチーム「えもと塾」主催、30キロペース走のご案内です。

年度内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	えもと塾ペース走【30キロ走】in駒沢 4'15-10/km ・ 4'50/km
開催日	2024/1/14
受付開始	10:20 ~
申込料	1/14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/96872>



### MAP

