



## えもと塾ペース走【30キロ走】in駒沢公園4'10/km・5'00/km

ランニングチーム「えもと塾」主催、平日開催走り込みのご案内です。

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駒沢公園4'10/km・5'00/km
開催日	2024/1/24
受付開始	10:20 ~
申込料	1/24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/97399>



### MAP

