



ペース対応力強化！10kmペース変化走

10kmのペース変化走を行ないます。変化走とは、2km毎にペースの上げ下げを行なって、マラソン後半の失速を予防する為のトレーニングです。走力に合わせた適切なペース設定と走り方のポイントをご提案させていただきます。

1周1km弱の周回コースを走りますので、初心者の方でもご自身のペースで安心してご参加頂けます。

イベント名	ペース対応力強化！10kmペース変化走
開催日	2024/2/24
受付開始	12:50 ~
申込料	ペース対応力強化！10kmペース変化走 3,000円
支払方法	会場払い
開催場所	jog's Space
住所	神奈川県横浜市港北区新横浜2 - 14 - 8 オフィス新横浜406
主催者	jogsuke
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/97535



MAP

