



マラソン完走スクール（もおかスポーツクラブ） 井頭公園周回コースロード走練習会

平日の限られた時間では取り組むことが難しい、長く走る練習を行います
今回の練習のねらいは、ずばり脂質代謝促進 練習内容は60分間ロード走 長距離走のレースで必要不可欠なエネルギー源である脂肪。その脂肪をエネルギーにかえる脂質代謝機能を促進するトレーニングに取り組めます。

栃木県のランニングコース10選に入ったこともある井頭公園の周回コースを、ロード走しましょう

イベント名	マラソン完走スクール（もおかスポーツクラブ） 井頭公園周回コースロード走練習会
開催日	2024/1/6
受付開始	9:30 ~
申込料	マラソン完走スクール井頭公園周回コースロード走練習会 300円
支払方法	会場払い
開催場所	井頭公園
住所	栃木県真岡市下籠谷99
主催者	もおかスポーツクラブ

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/97778>



MAP

