



定例練習会

毎週木、金曜日 18:30-20:00 日置電機ランニングコース(上田市小泉) ドリル、動き作り
1500m、3000mの中距離からフルマラソン向けの練習 初心者向けのメニューも有り
ストレッチ、補強なども実施 参加無料 毎週日曜日 9:00-12:00 トレイルランニング練習
場所はつどお知らせ

プラン名	定例練習会
募集期間	2024/1/17 16:18 ~
申込料	練習会 金曜日 無料 練習会 日曜日 無料
支払方法	会場払い
開催場所	日置電機ランニングコース
住所	長野県上田市小泉267
主催者	信州ROAD&TRAIL

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/99214>

