

1/21

【中級者向け】

1km×5本インターバル走

Run Pit

au Smart Sports

19:30開始/20:45終了予定

参加費：1,000円

※別途施設利用料(初回登録手数料)

STAFFイベント

設定ペース5:00/kmで、インターバル走を実施
(レスト3分) 強度の高い練習ですが、1本のみ、2本
のみの参加もOKです！開催時間は19:30~20:45。

集合場所： Run Pit

※本イベントは店舗スタッフが走行時の
ペースや安全などをサポートさせて
いただく練習会となっております。
コーチングは実施致しませんが、
スタッフ個人の経験によるアドバイスを
させて頂く場合がございますので
ご参考にしてください。
何卒よろしくお願い致します。

