



5月

16日/  
23日/30日(木)

【主婦向けRUN】

3ヶ月かけてフルマラソン完走練習会@皇居

POINT

家事や子育てで時間がないけど、ランニングを始めたい主婦の方を対象にフルマラソン完走に向けて練習会を開催します。ランニングの基礎からレクチャーします。



担当コーチ：高橋 雅人

コーチ紹介

「TRACK TOKYO」ランニングインストラクター。

日本実業団陸上競技登録

別府大分毎日マラソン 2時間23分56秒

山形県出身 帝京大学卒

メニュー

ストレッチ⇒実走⇒クールダウン、ストレッチ

- スケジュール ●10:00開始/12:00終了予定
- 料金 ●14日：1,500円/21日：2,500円/28日：3,000円  
※セッション受付/お支払は当日担当コーチまで
- 集合場所 ●Run Pit ※Run Pitご利用の場合は別途施設利用料/(初回要会員登録)

《ご予約は下記URL・またはQRコードから》※リンク先はTRACK TOKYO HP

⇒ <http://www.rh-track.com/index.html>



※受付は前日まで。参加規約をご確認ください。

※定員になり次第予約受付終了。Run Pitでは予約状況は分かりかねます。

※必ず飲料をご持参ください。

※イベントに関するお問い合わせはTRACK TOKYOまでご連絡下さい。

《Run Pitご利用に関してはコチラ》

⇒ <https://runpit.jp/>



※初回ご利用には会員登録が必要です。(有料)

※Run Pit受付では施設利用のお手続きのみ。

※当日のセッション受付は講師までお願いします

Run Pit

au Smart Sports