

ランニングスクール情報

大会にエントリーしたけど...
どう練習したらいいんだろう!?



ランニング
するなら
今しかない!



《 参加要項 》

【日時】

2017年 12月17日(日)
8:30~10:30

【内容・コース】

初心者向けの
フルマラソン完走対策
リフレより若戸大橋199号線沿い
※走行ペース 1^キ。6:30~7:00分程度

【定員・対象】

20名

※距離10^キを走った事がある方
※フルマラソン大会参加予定のある方
※皆で楽しく走りたい方など

【集合・解散】

リフレ若松店玄関前

※8:15より更衣室のみ使用可

【料金】

会員登録・・・無料(年間登録1,000円のみ)
ビジター・・・・・・・・・・1回 500円

【その他】

寒暖時に脱ぎ着が可能な服装、
ランニングシューズ、キャップ、
サングラス、ウエストポーチ、
水分補給、タオルなど

※前日までにフロントにて参加お申込み下さい。
※5名以下の場合中止させていただきます。
※天候などによる開催の有無は、LINE
(若松店)、ホームページにて公開致します。

担当:磯部龍佑