



## 【レベル問いません】理学療法士ランナー石川の木曜奥戸練習会

略して「理学石川の木曜奥戸」2024年5月開始

毎週木曜（祝日を除く）に奥戸陸上競技場にて行う木曜ランニング 19時20分開始です。19:20-19:50まではウォーミングアップを兼ねながら、「効率の良い走り方」を手に入れるための動きづくりをしっかりと行います。20:00-20:40を目安に本練習を行います。メニューは日によりますが、インターバル系メニューが主となります。

プラン名 【レベル問いません】理学療法士ランナー石川の木曜奥戸練習会

募集期間 2024/4/8 19:08 ~ 2025/3/27 23:59

申込料 1回 2,000円  
4回分回数券 6,000円  
お試し1回 1,000円 ...他

支払方法 会場払い

開催場所 葛飾区奥戸総合スポーツセンター陸上競技場

住所 東京都葛飾区奥戸7-17-1

主催者 理学石川（理学療法士 石川将貴）

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/103050>



### MAP

