

2023年度 名古屋地区陸上教室(瑞穂会場)

第2回中長距離練習会場についてのお知らせ

1月27日(土)の第2回講習については、内容として起伏ある地形を使ったクロスカン
トリーランニングを実施したいと思っています。そのため会場を大高緑地に設定します。

講習内容については、AM ファルトレクランニング(スピードプレイ)、PM ミニ駅伝を実
施する予定です。

受付時間 8:45~9:00

講習時間 AM 9:00~11:30、PM 13:00~15:30

集合場所 大高緑地 第7駐車場(地図参照)
(JR大高駅 徒歩15分、名鉄左京山駅 徒歩15分)



ご不明な点がございましたら、中長距離主任コーチ 有路まで 090-3425-0186 まで