

RunWalk Club Takarazuka 2011年1月度イベント&練習会予定表

日	曜日	場所	時間	内容	レベル
1日	土				
2日	日				
3日	月				
4日	火				
5日	水				
6日	木				
7日	金				
8日	土				
9日	日				
10日	月				
11日	火				
12日	水				
13日	木				
14日	金				
15日	土				
16日	日				
17日	月				
18日	火	蓬莱橋	19:00~	Running or Walking 花の道周回コース。 Total : 5km か 10km 完走目標。	ショートor ロング
19日	水				
20日	木				
21日	金				
22日	土	長尾山連峰	13:00~	阪急売布神社駅集合。(PM13時) 中山奥の院までの林道をTrailRunning & TrailWalkig。	ロング
23日	日				
24日	月				
25日	火	蓬莱橋	19:00~	Running or Walking 花の道周回コース。 Total : 5km か 10km 完走目標。	ショートor ロング
26日	水				
27日	木				
28日	金				
29日	土				
30日	日				
31日	月				

予告無く練習日が変更する場合があります。