



【5/2,9,16,23,30

## 木曜10:30～】サブ4.25～4.5向けインターバル&皇居10km

サブ4.25(4時間15分)～4.5(4時間30分)向けレッスンです。インターバルと10km走の2部練、インターバルのみ、皇居10kmのみ参加も可能です。皇居10km(キロ6分20秒ペース)またはインターバル走など日替わりメニューです。当日のトレーニングメニューは詳細にてご確認ください。#インターバル #ガチゆる走

イベント名 【5/2,9,16,23,30 木曜10:30～】サブ4.25～4.5向けインターバル&皇居10km

開催日 2024/5/2～2024/5/30

受付開始 10:00～

申込料 5/2(木)インターバル+10km 1,800円  
5/2(木)インターバルのみ 1,500円  
5/2(木)皇居10kmのみ 1,500円...他

支払方法 会場払い

開催場所 Re.Ra.Ku PRO 竹橋皇居前店

住所 東京都千代田区一ツ橋

主催者 雅(みやび)ランニングクラブ

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/103507>



### MAP

