

【3ヶ月プロジェクト】目指せサブ3.5!練習会@代々木公園

フルマラソン3時間30分切り(サブ3.5)を目指す練習会です。サブ3.5は切れそうでなかなか切れない難しい目標タイムです。サブ3.5を達成するためには、本格的な「スタミナ」と「スピード」の強化の他に、1 km / 5分のスピードを持続させる「スピード持久力」が要求されます。なかなか一人ではこのスピード持久力を身につける練習を行うのは難しいです。是非、この練習会で切磋琢磨して頑張りましょう!

イベント名	【3ヶ月プロジェクト】目指せサブ3.5 !練習会@代々木公園
	: 淋目去じてくから困
開催日	2024/4/3
受付開始	18:45 ~
申込料	【3ヶ月プロジェクト】目指せサブ3.5 !練習会@代々木公園 13,000円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	織田フィールド入口
住所	東京都渋谷区代々木神園町
主催者	TRACK TOKYO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/101559



