



3/16(土) 「15kmビルドアップ走 + 1000m × 1 ~ 2本」 @ 駒沢公園

駒沢公園ランニングコース (約2.17km) を利用して「15kmビルドアップ走 + 1000m × 1 ~ 2本」を実施します。8時30分開会、9時15分頃ランメニュースタート予定です。

この程度の距離を速めのペースで走る練習も、ハーフやフルマラソンを意識した上で重要になります。ぜひご参加ください！

イベント名	3/16(土) 「15kmビルドアップ走 + 1000m × 1 ~ 2本」 @ 駒沢公園	
開催日	2024/3/16	
受付開始	8:15 ~	
申込料	B : 4分45秒/km 4分15秒/km 2,000円 A : 4分30秒/km 4分00秒/km 2,000円 C : 5分10秒/km 4分40秒/km 2,000円 ...他	
支払方法	会場払い	
住所	東京都世田谷区駒沢公園1-1	
主催者	Go up! -Running Community-	
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/102179	

