

# サブ3.5-4.0の為の K5分切り11K ペース走 or インターバル

サブ3.30の1kmLAP(4:58) でもあり  
サブ3.40に必要なハーフのペース でもあり  
サブ3.50に必要な10kmのペース でもあり  
サブ4.00に必要な5kmのペース でもある

1km5分切り(4:58)ペースに  
とことんこだわる練習会

## サブ3.5-4.0トラック練<K5切り11K>

フルマラソン3.30~4.00を目指す方の記録向上、仲間作りにおすすめです。

イベント名	サブ3.5-4.0トラック練<K5切り11K>
開催日	2024/4/11
受付開始	18:55 ~
申込料	4/11 店舗利用料 1,500円
支払方法	会場払い
開催場所	魚民 中野北口駅前店
住所	東京都中野区中野5-59-9 澤仙ビル
主催者	TEEM GREEN TRACK

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/102180>



### MAP

