

超越サブ3.0 & 3.5 合同トラック練

K4:10で1000m→K3:45の変速走+ビルドアップ
超越サブ3.0なら 最長14000m変速走
超越サブ3.5なら 1000mインターバル

アラサブ3の為の早朝トラック練

「サブ2.50-3.20 (アラサブ3) のランナーが、ひとつのグループで走ることができるメニュー」です。マラソン大会盛り上げ隊長向井が、正確なペースメイクであなたの目標達成をサポートします。駅前の居酒屋が発着地です。

| | |
|-------|---|
| イベント名 | アラサブ3の為の早朝トラック練 |
| 開催日 | 2024/4/20 |
| 受付開始 | 7:05 ~ |
| 申込料 | 4/20 店舗利用料 (7:05 ~) 1,500円 |
| 支払方法 | 会場払い |
| 開催場所 | 目利きの銀次 中野北口駅前本店 |
| 住所 | 東京都中野区中野5-59-9 澤仙ビル 1 F |
| 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/102462 |



MAP

