3/30(土)「30km走（4分30秒・5分00秒・5分30秒/km）」

駒沢公園ランニングコース（約2.17km）を利用して「30km走（14周）」を実施します。 各自でウォームアップを行って頂き、8時30集合→8時45分頃スタートとなりますので、お時間にご注意ください。 30kmを走り切るもよし、距離を短くして気持ち速めのペースにチャレンジするもよし、ご自身の目的に合わせて上手にアレンジしてください。 ターゲットレースに向けた距離走として、ぜひご参加ください！

イベント名	3/30(土)「30km走（4分30秒・5分00秒・5分30秒/km）」
開催日	2024/3/30
受付開始	8:15 〜
申込料	A：4分30秒/㎞ 2,300円 B：5分00秒/㎞ 2,300円 C：5分30秒/㎞ 2,300円
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/102747

MAP