4/7(日)「ランニングドリル＋1000m（800～1200m）×3本＋8000mビルドアップ走」

織田フィールド（陸上競技場）を利用して「ランニングドリル＋1000m（800～1200m）×3本＋8000mビルドアップ走」を実施します。
間もなく利用できなくなる織田を利用して、ちょっと欲張りなメニューです。
距離は走れないですが、フルマラソンが落ち着くこの時期こそ色んなトレーニングをしてみましょう。
ぜひご参加ください！

イベント名	4/7(日)「ランニングドリル＋1000m（800～1200m）×3本＋8000mビルドアップ走」
開催日	2024/4/7
受付開始	9:00 ～
申込料	A：1000m×3本［7分サークル］＋8000mビルドアップ走［4分40秒→05秒/km］ 2,000円 B：1000m×3本［7分サークル］＋8000mビルドアップ走［5分10秒→4分35秒/km］ 2,000円
支払方法	会場払い
住所	東京都渋谷区神南2-3-1
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/103466

MAP