



## がんばれゆうすけ1k×5本（5分30秒～3分40秒）@代々木公園

フルマラソンサブエガ～4時間切りを目指す方の練習会です。1k5本 ペースは5分30秒・5分15秒・5分00秒・4分50秒・4分40秒・4分30秒・4分20秒・4分10秒・4分00秒・3分40秒 休憩3分00秒  
フルマラソンのレースペースより速く走って、心肺機能、筋力を鍛えましょう。

イベント名 がんばれゆうすけ1k×5本（5分30秒～3分40秒）@代々木公園

開催日 2024/7/20

受付開始 7:30～

申込料 5分00秒 がんばれゆうすけ 1,500円  
4分30秒 がんばれゆうすけ 1,500円  
4分00秒 がんばれゆうすけ 1,500円  
...他

支払方法 クレジット決済

参加定員 112人

開催場所 代々木公園

住所 東京都渋谷区代々木神園町2-1

主催者 がんばれゆうすけ

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/104196>

### MAP

