



【サブ4.25向け】サクッと！赤坂アップダウン6.6km閾値走

赤坂御所周回コース（約3.3km）を2周。距離にて約6.6km。

起伏あるアップダウン利用しつつテンポ良く走ります。

平坦のコースよりも脚力・心肺機能の強化が期待でき、また平坦とは違った刺激を与えられるでしょう。

サクッとピリッと負荷を入れたい方、まだ少し長い距離に不安があるといった方はぜひ！

イベント名 【サブ4.25向け】サクッと！赤坂アップダウン6.6km閾値走

開催日 2024/6/2

受付開始 14:00 ~

申込料 一般 1,500円

支払方法 会場払い

開催場所 Re.Ra.Ku PRO永田町店
ランニング&カフェ

住所 東京都千代田区平河町

主催者 雅（みやび）ランニングクラブ

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/104705>



MAP

