

5/6(**月祝**)【集中ランニングドリル+「1000m×4本+8.7kmペース走(駒沢公園4周)」】

駒沢公園ランニングコース(約2.17km)を利用して「1000m×4本+8.7kmペース走」を実施します。 8時30分開会、ウォームアップ後にランニングドリルを集中的に実施し、9時40分頃ランメニュースタート予定です。 ご参加お待ちしております!

イベント名	5/6(月祝)【集中ランニングドリル+「1 000m×4本+8.7kmペース走(駒沢公園 4周)」】
開催日	2024/5/6
受付開始	8:15 ~
申込料	C: 1000m [7分00秒サークル (4分35 秒~5分00秒)] +ペース走 [5分20秒/ km] 2,000円 A: 1000m [6分00秒サークル (~ 4分0 0秒)] +ペース走 [4分20~10秒/km] 2,000円 B: 1000m [6分30秒サークル (4分05 秒~4分30秒)] +ペース走 [4分50~ 40秒/km] 2,000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/104933



