



## アップダウン走@赤坂御所

アップダウンがあるフルマラソンも増えてきました。アップダウンがあることでペースが乱れたり、フルマラソン後半（30km以降）で失速した経験がある方は多いのではないのでしょうか。この練習会ではアップダウンの多い赤坂御所の周回を使い、上り・下りの走り方をレクチャーします。

イベント名	アップダウン走@赤坂御所
開催日	2018/3/22
受付開始	19:00 ~
申込料	アップダウン走@赤坂御所 1,500円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	ランピット
住所	東京都千代田区一ツ橋1-1-1 パレスサイドビル1F
主催者	TRACK TOKYO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/14729](https://moshicom.com/14729)



### MAP

