



皇居30K！5時間切りペース走

4月のフルマラソン（かすみがうらうや長野マラソン）前にやっておきたい30K走。ペースは5時間切りを目標にした1キロ6'45～55での皇居6周にチャレンジ。25Kまではコーチが先導した集団走。残りの5Kは自分自身でしっかりペースを落とさずに走ることにチャレンジ！！

イベント名	皇居30K！5時間切りペース走
開催日	2018/3/11
受付開始	8:45～
申込料	JMC皇居30キロ走 3,780円
支払方法	会場払い
住所	東京都千代田区平河町
主催者	Japanマラソンクラブ

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/15476>



MAP

