



## 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   | 2018/7/1  |
| 受付開始  | 14:30 ~   |
| 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<br>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！<br><a href="https://moshicom.com/18204">https://moshicom.com/18204</a> |



### MAP

