



皇居30km (サブ4ペース)

もう今やフルマラソン完走に向けて、少しでも近づくために、「30km走」が必要不可欠だと知られるようになりました。「30km走」の目的は、レース終盤にさしかかる30km以降でも走りきる脚力・精神力を手に入れることです！インストラクターがペースメイク(1km/5分30秒~40秒)し、皇居1周5kmを6周します。1周ごとに水分補給を行います。

| | |
|-------|---|
| イベント名 | 皇居30km (サブ4ペース) |
| 開催日 | 2019/1/6 |
| 受付開始 | 8:30 ~ |
| 申込料 | 皇居30km (サブ4ペース) 3,500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/23374 |



MAP

