



1/11(土)11時start 30km走

sub3.75 ~ 3.5(京都・篠山・とくしまマラソン等)

フルマラソンに向けての30km走の練習会です。sub3.5 ~ 3.25を目標とされている方向けの練習会になります。25kmまではペースメーカーがリードし、last5kmはfreeペースでペースコントロール力を養います。

イベント名	1/11(土)11時start 30km走 sub3.75 ~ 3.5 (京都・篠山・とくしまマラソン等)
開催日	2020/1/11
受付開始	10:45 ~
申込料	当日参加(現地払いは+500円) 2,500円 1/11(土)参加します 2,000円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	HAT なぎさの湯
住所	兵庫県神戸市中央区脇浜海岸通1-3-3
主催者	kusu

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/37942](https://moshicom.com/37942)

