



## 目指せサブ3！練習会@代々木公園 織田フィールド

フルマラソン3時間切り（サブ3）を目指す練習会です。サブ3は市民ランナーにとって憧れのタイムです。その分、普通の練習では達成できないレベルです。サブ3達成に必要な「スタミナ」と「スピード」の強化の他に、1km / 4分前半のスピードを持続させる「スピード持久力」が必要とされます。この練習会でそのスピード持久力を鍛えましょう！参加資格はありません。サブ3を目指す方であれば、どなたでもご参加いただけます。

イベント名	目指せサブ3！練習会@代々木公園 織田フィールド
開催日	2020/9/4
受付開始	18:45 ~
申込料	目指せサブ3！練習会 5,000円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	代々木公園 織田フィールド内管理室前
住所	東京都渋谷区代々木神園町
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！ <a href="https://moshicom.com/44135">https://moshicom.com/44135</a>

