



初心者向け20km走@皇居

フルマラソン完走、ハーフマラソン完走を目指している初心者ランナーにおすすめです。一人では、20kmも走るのはココロもカラダも疲れます。皇居1周5kmを4周します。インストラクターがペースメーカーとしてサポートします。走るペースは、1km/7分30秒~8分です。1周ごとに水分補給、休憩を行います。きつくなったら、歩いてもOKですし、途中リタイアもOKです。

イベント名	初心者向け20km走@皇居
開催日	2020/9/27
受付開始	8:30 ~
申込料	初心者向け20km走@皇居 3,000円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	平河町森タワー1F adidas RUNBASE
住所	東京都千代田区平河町2-16-1
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/44515



MAP

