



【ファイナルインターバル】3/24(水)5000m + 400m × 2本 in二重橋

3月フル対策 フルマラソン前最後のインターバルです 内容はロングの後にショートインターバル！ペースを守り押していく&切り替えて絞る練習を行います！マラソンが多い3月に、あえて距離を走り過ぎない練習により、レースに向けてキレを保つこともできます。

イベント名	【ファイナルインターバル】3/24(水)5000m + 400m × 2本 in二重橋
開催日	2021/3/24
受付開始	18:40 ~
申込料	練習会チケット 1,500円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
開催場所	申込者のみに公開
住所	東京都千代田区
主催者	夜明け前陸上部

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/48913>

