



## 1/9(土)20 ~ 30km ロング走sub3.75 ~ 3.5練習会(5分10 ~ 15)なにわ淀川に向けて

コロナ禍でも頑張るランナーに！通常通り練習会を開催いたします。フルマラソンに向けての30km走の練習会です。sub3.75 ~ 3.5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。大会の見通しが立たない中ではありますが、なにわ淀川マラソンをターゲットレースとして考えています。

イベント名 1/9(土)20 ~ 30kmロング走sub3.75 ~ 3.5  
練習会(5分10 ~ 15)なにわ淀川に向けて

開催日 2021/1/9

受付開始 10:45 ~

申込料 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/49067>



### MAP

