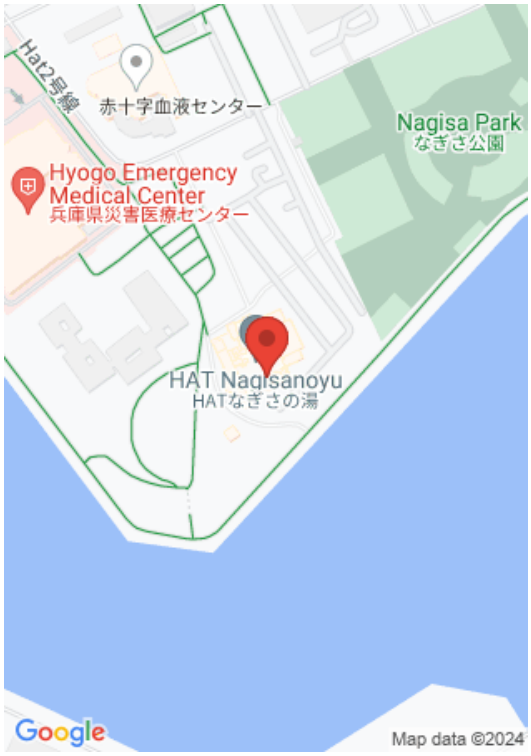
2/21(日)20～30kmロング走 sub4～3.75練習会(5分30～35秒)なにわ淀川に向けて

フルマラソンに向けての30km走の練習会です。sub4～3.75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	2/21(日)20～30kmロング走 sub4～3.75練習会(5分30～35秒)なにわ淀川に向けて
開催日	2021/2/21
受付開始	10:30 ～
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/49246

MAP