

ほぼ毎週土曜&時に祝日 7:20-8:20 中野

# サブ3.00-3.20向け K4:10-3:50ペース スピード養成練

今回のメニュー 3K×3=11K!?

## サブ3.00～3.20の為のK4:10～K3:50スピード養成練

コロナ禍でも頑張るランナーに！フルマラソンサブ3.00、3.10、3.20（5000m18:30、19:30、20:30）を目指す方におすすめです。毎週土曜日の朝（最大月4回）開催、時々祝日も！

イベント名 サブ3.00～3.20の為のK4:10～K3:50スピード養成練

開催日 2021/3/20

受付開始 7:20～

申込料 M-Nrc 朝練 1,200円

支払方法 会場払い

開催場所 平和の森公園 草地広場

住所 東京都中野区新井 三丁目37番78号

主催者 退会ユーザー

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/51589>



### MAP

