



## がんばれゆうすけサブ3向け1K×5本（3分45秒・4分ペース） @代々木公園

フルマラソン3時間を目指す方の練習会です。1k（3分45秒・4分ペース）5本 休憩160m歩き  
フルマラソンのレースペースより速く走って、心配機能、筋力を鍛えましょう。  
速く走ることによってランニングフォームを良くなります。

イベント名 がんばれゆうすけサブ3向け1K×5本（  
3分45秒・4分ペース）@代々木公園

開催日 2021/4/18

受付開始 7:45 ~

申込料 1k×5本 キロ4分00秒ペース  
1,000円  
1k×5本 キロ3分45秒ペース  
1,000円

支払方法 クレジット決済

参加定員 20人

開催場所 代々木公園

住所 東京都渋谷区代々木神園町2-1

主催者 がんばれゆうすけ

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/52080>



### MAP

