

**Run Pit Speed練習会**  
**Sub4:00 & Sub4:20向けイベント**

毎週金曜日開催  
**19:30スタート**

2017年も引き続き開催が決定!!  
 フルマラソン4時間切りを目指すランナー様向けの  
 負荷の高い練習会です。なかなか一人で出来ない練習  
 をRun Pitスタッフが全力でサポートします!

\*\*\*\*\* **詳細** \*\*\*\*\*

①日時:2月3・10・17・24/日 毎週全曜日  
 受付19:00/スタート19:30/終了予定20:45

②イベント参加費:1000円  
 ※施設利用料900円、初回会員登録料400円or200円が必要になります。

③走行距離:約10km (ペース走orビルドアップ走)  
 ※ペースは5:00/km~5:30/km (当日発表いたします)

④対象:フルマラソン4時間切り・4時間20分切りを目指す  
 しているランナーの皆様

⑤定員:10人 (先着順) ※定員に達し次第、受付を終了いたします。

## 【中級者向け】SPEED練習会

早くも6か月目となったSPEED練習会!フルマラソンSub4 & Sub4.5を目指す方向けの練習会です!  
 ペースは5:00~5:30/kmになります。

イベント名	【中級者向け】SPEED練習会
開催日	2017/2/24
受付開始	19:00 ~
申込料	SPEED練習会 2/24 1,000円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
開催場所	Run Pit
住所	東京都千代田区一ツ橋1-1-1パレスサイドビル1F
主催者	Run Pit by au Smart Sports
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! <a href="https://moshicom.com/5218">https://moshicom.com/5218</a>

