



目指せサブ4.5！30km走@皇居

フルマラソン4時間30分切り（サブ4.5）を目指す方を対象にした30km走です。皇居1周5kmを6周します。インストラクターがペースメーカーとしてサポートします。ペースは、1km / 6分20秒ペースです。1周ごとに水分補給、休憩を行います。この機会にフルマラソン4時間30分切り（サブ4.5）に向けて、チャレンジしてみましょう！

| | |
|-------|---|
| イベント名 | 目指せサブ4.5！30km走@皇居 |
| 開催日 | 2021/9/4 |
| 受付開始 | 7:30 ~ |
| 申込料 | 目指せサブ4.5！30km走@皇居 3,500円 |
| 支払方法 | クレジット決済、コンビニ決済 |
| 開催場所 | MARUNOUCHI Bike&Run（丸の内バイク&ラン） |
| 住所 | 東京都千代田区丸の内 新丸の内ビルディング地下1階 |
| 主催者 | TRACK TOKYOランニングクラブ |
| 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/58280 |



MAP

