



## がんばれゆうすけ30K走（キロ4分30秒）サブ3.0～サブ3.15の方向け@代々木公園

サブ3.5の方向けの練習会です。代々木公園の1.16Kのコースを26周計30.16K走ります。周回コースなので途中で休憩で抜けたりしやすいコースです。各自の体調に合わせてアレンジできます。1K4分30秒ペース ペーサー がんばれゆうすけ

イベント名	がんばれゆうすけ30K走（キロ4分30秒）サブ3.0～サブ3.15の方向け@代々木公園
開催日	2021/11/7
受付開始	7:30～
申込料	30K(1K 4分30秒ペース) 3,000円
支払方法	クレジット決済
参加定員	9人
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！ <a href="https://moshicom.com/59394">https://moshicom.com/59394</a>

