



## フルマラソン5時間切りを目指す20km走@皇居

フルマラソン5時間切り（サブ5）を目指す方を対象にした20km走です。なかなか一人では、20kmも走るのはココロもカラダも疲れます。そう感じてる方には、安心して練習できるきっかけや環境が必要です。皇居1周5kmを4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 / 7分ペースです。1周ごとに水分補給、休憩を行います。

イベント名	フルマラソン5時間切りを目指す20km走@皇居
開催日	2021/11/28
受付開始	8:30 ~
申込料	フルマラソン5時間切りを目指す20km走@皇居 3,000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！ <a href="https://moshicom.com/60867">https://moshicom.com/60867</a>

