

がんばれゆうすけ1k×5本（3分45秒・4分00秒・4分30秒・5分00秒）@代々木公園

フルマラソン3時間切り～4時間切りを目指す方の練習会です。1k5本

ペースは3分45秒・4分00秒・4分30秒・5分00秒 休憩2分～2分30秒

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。

イベント名	がんばれゆうすけ1k×5本（3分45秒・4分00秒・4分30秒・5分00秒）@代々木公園		
開催日	2021/12/19		
受付開始	7:30～		
申込料	1k×5本	3分45秒ペース	1,500円
	1k×5本	4分00秒ペース	1,500円
	1k×5本	4分30秒ペース	1,500円...他
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/62024		

