



## がんばれゆうすけ20K走 サブ4～初マラソン挑戦の方向け@代々木公園

初マラソンに向けて、サブ5、サブ4の方向けの練習会です。  
代々木公園の1.16Kのコースを17周+400m計20.12K。  
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。  
1K6分ペース 長谷川 朋加さん 1K7分ペース がんばれゆうすけ

各自の体調に合わせてアレンジできます。

|       |   |
|-------|---|
| イベント名 | がんばれゆうすけ20K走 サブ4～初マラソン挑戦の方向け@代々木公園  |
| 開催日   | 2022/1/8  |
| 受付開始  | 7:45 ~  |
| 申込料   | 20K(1K 6分ペース)<br>)ペースメーカー長谷川朋加さん<br>2,000円<br>20K(1K 7分ペース)ペースメーカー<br>がんばれゆうすけ 2,000円         |
| 支払方法  | クレジット決済   |
| 参加定員  | 26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！<br><a href="https://moshicom.com/62788">https://moshicom.com/62788</a> |

### MAP

