# 【サブ3～サブ4】12/1(水)「400m×10～12本」@代々木公園

代々木公園周回コース（約1.16km）を利用して「400m×10～12本」を実施します。ウォームアップとして体操・ジョグ・ドリルを実施し（任意参加）、19時40分頃メインメニューをスタートします。
平日のポイント練習に、ぜひご参加ください！

| | |
|---|---|
| イベント名 | 【サブ3～サブ4】12/1(水)「400m×10～12本」@代々木公園 |
| 開催日 | 2021/12/1 |
| 受付開始 | 18:45 ～ |
| 申込料 | Aグループ：2分40秒サークル［～84秒＝3分30秒/km］ 1,500円<br>Bグループあ：2分50秒サークル［86～96秒＝3分35～4分00秒/km］ 1,500円<br>Cグループ：3分10秒サークル［98～108秒＝4分05秒～4分30秒/km］ 1,500円<br>…他 |
| 支払方法 | 会場払い |
| 住所 | 東京都渋谷区代々木神園町2-1 |
| 主催者 | Go up！-Running Community- |
| 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>https://moshicom.com/62857 |

MAP