



【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 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 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 ...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! https://moshicom.com/62857

MAP

