



## 目指せサブ3.75！30km走@皇居

フルマラソン3時間45分切り（サブ3.75）を目指す方を対象にした30km走です。2月、3月にフルマラソンを予定されてる方にとっての実践練習です。皇居1周5kmを6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 / 5分20秒ペースです。水分補給は3周（15km）と5周（25km）終わった時点で行います。

イベント名	目指せサブ3.75！30km走@皇居
開催日	2022/1/30
受付開始	8:00 ~
申込料	目指せサブ3.75！30km走@皇居 3,500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！  
<https://moshicom.com/63048>



### MAP

