



1/29(土)10時45分start 20 ~ 30km走 4分55 ~ 5分ペース@大阪城公園

フルマラソンに向けての20 ~ 30km走の練習会です。ペースメーカーが4分55秒 ~ 5分ペースで24kmまでリードし、last6kmはfreeペースで各自ペースコントロール力を養います。マラソンレースペース走(sub3.5)として利用してもよし、ハーフマラソントライアル(sub3.75)としてよし、ゆとりのあるペースでのロング走(sub3.25)としてよし、それぞれの目的に合わせてご利用ください。

イベント名	1/29(土)10時45分start 20 ~ 30km走 4分55 ~ 5分ペース@大阪城公園
開催日	2022/1/29
受付開始	10:30 ~
申込料	sub3.5目標 レースペース走として参加します 2,000円 sub3.75目標 ハーフマラソントライアル として参加します 2,000円 sub3.25目標 ロング走の一環として参加します 2,000円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	R baker 大阪城公園店前(利用者が多い 場合は、よしもと漫才劇場前)
住所	大阪府大阪市中央区大阪城3-9
主催者	kusu

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/63230>



MAP

