



【東京】フルマラソン完走！駆け込み寺（全3回）第二回 ロングジョグ（15キロ）に挑戦！

3月開催のフルマラソン（東京Mや名古屋ウィメンズMなど）に初挑戦・出場が決まっている！！けどどのような練習が効果的かわからない方に、マラソンに必要な能力向上のための練習を「全3回」で行います！第2回目は「ロングジョグ（15キロ走）」マラソン完走ペースより少し遅めのペース（7分30秒目安）で余裕を持ちながら長い距離を走ります。長めの時間・距離に身体を慣らしていきましょう！

イベント名 【東京】フルマラソン完走！駆け込み寺（全3回）第二回
ロングジョグ（15キロ）に挑戦！

開催日 2022/1/29

受付開始 13:45 ~

申込料 JMCマラソン駆け込み寺 3,850円

支払方法 会場払い

住所 東京都千代田区麹町1-7

主催者 Japanマラソンクラブ

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/63338>



MAP

