がんばれゆうすけ20K走（キロ5分00秒・5分15秒）サブ3.0～サブ3.５の方向け@代々木公園

サブ3.5の方向けの練習会です。 代々木公園の1.16Kのコースを17周＋400m 計20.12K 走ります。
周回コースなので途中で休憩で抜けたりしやすいコースです。 各自の体調に合わせてアレンジできます。
1K5分00秒ペース ペーサー がんばれゆうすけ １K5分15秒ペース ペーサー 長谷川 朋加さん

イベント名	がんばれゆうすけ20K走（キロ5分00秒・5分15秒）サブ3.0～サブ3.５の方向け@代々木公園
開催日	2022/5/29
受付開始	7:30 ～
申込料	20K(1K ５分00秒ペース) ペースメーカーがんばれゆうすけ 2,000円 20km（ 1K5分15秒ペース）ペースメーカー長谷川 朋加さん 2,000円
支払方法	クレジット決済
参加定員	24人
住所	東京都渋谷区代々木神園町2-1
主催者	がんばれゆうすけ
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/67610

MAP