



## 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 2022/7/16

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 26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/69743>

### MAP

