



## 【サブ3～サブ4練習会】7/23(土)「1000m×10～12本」@駒沢公園

駒沢公園ランニングコース(2.14km)を利用して「1000m×10～12本」のインターバル走を実施します。ハーフ、フルマラソンにもつながるタフなメニューですが、仲間と一緒になら不思議と乗り切れます！ぜひご参加ください！

イベント名	【サブ3～サブ4練習会】7/23(土)「1000m×10～12本」@駒沢公園
開催日	2022/7/23
受付開始	8:45～
申込料	A: 12本 [ 5分10秒サークル ( ~3分55秒/km ) ] 2,000円 B: 12本 [ 5分30秒サークル ( 4分00秒 ~4分15秒/km ) ] 2,000円 C: 11本 [ 6分00秒サークル ( 4分20秒 ~4分40秒/km ) ] 2,000円 ...他
支払方法	会場払い
住所	東京都世田谷区駒沢公園1-1
主催者	Go up! -Running Community-
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！ <a href="https://moshicom.com/73279">https://moshicom.com/73279</a>

