がんばれゆうすけ20K走（キロ5分45秒）サブ3.5～サブ４の方向け@代々木公園

サブ3.5サブ４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45秒ペース ペーサー がんばれゆうすけ

イベント名	がんばれゆうすけ20K走（キロ5分45秒）サブ3.5～サブ４の方向け@代々木公園
開催日	2022/10/22
受付開始	7:30 ～
申込料	20K(1K 5分45秒ペース) 2,000円
支払方法	クレジット決済
参加定員	14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/74291

MAP