# 初心者向け30km走@皇居

フルマラソン完走を目指す方を対象にした30km走です。なかなか一人では、30kmも走るのはココロもカラダも疲れます。そう感じてる方には、安心して練習できるきっかけや環境が必要です。皇居1周5kmを6周します。インストラクターがペースメーカーとしてサポートします。ペースは、1km／7分30秒ペースです。この機会にフルマラソン完走に向けて、チャレンジしてみましょう！

| | |
|---|---|
| イベント名 | 初心者向け30km走@皇居 |
| 開催日 | 2022/10/22 |
| 受付開始 | 7:30 ～ |
| 申込料 | 初心者向け30km走@皇居 3,500円 |
| 支払方法 | クレジット決済、コンビニ決済 |
| 開催場所 | MARUNOUCHI Bike&Run（丸の内バイク＆ラン） |
| 住所 | 東京都千代田区丸の内<br>新丸の内ビルディング地下1階 |
| 主催者 | TRACK TOKYOランニングクラブ |
| 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！<br>https://moshicom.com/76334 |

MAP