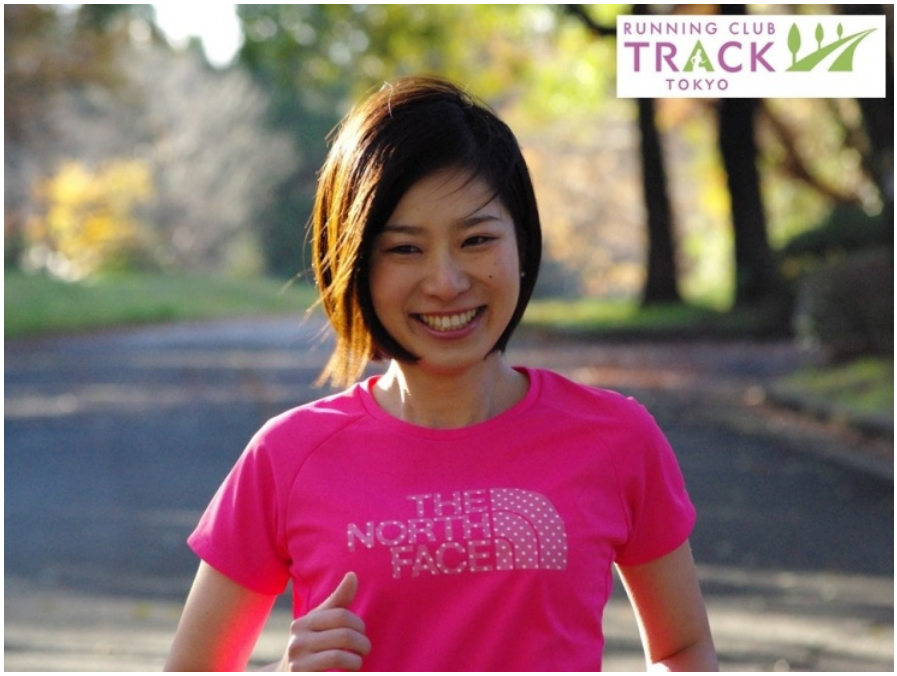

30km走（1km／6分ペース）@皇居

フルマラソン4時間15分切り（サブ4.25）を目指す方を対象にした30km走です。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／6分ペースです。1周ごとに水分補給、休憩を行います。この機会にフルマラソン4時間15分切り（サブ4.25）に向けて、チャレンジしてみましょう！

イベント名	30km走（1km／6分ペース）@皇居
開催日	2022/10/29
受付開始	7:30 ～
申込料	30km走（1km／6分ペース）@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 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！ https://moshicom.com/76342

MAP