10月23日（日）8:00～
皇居ロングラン【6周30kmラン/4周20kmラン】

初めての30キロ・20キロにチャレンジしてみたい！ とにかく距離を稼ぎたい！
初フルマラソンに向けて、ロングランを体感してみたい！ みんなと達成感を共有したい！
そんな方にお勧めです♪ ※ゆっくりペース（キロ7分～8分）で走ります。
※途中歩いたり、水分補給の時間をとります。

イベント名	10月23日（日）8:00～ 皇居ロングラン【6周30kmラン/4周20kmラン】
開催日	2022/10/23
受付開始	8:00 ～
申込料	10月23日（日）8:30～皇居6周30kmラン 1,500円 10月23日（日）8:30～皇居4周20kmラン 1,500円 Re.Ra.Ku PRO月額会員優待 皇居6周30kmラン 1,000円 …他
支払方法	会場払い
開催場所	Re.Ra.Ku PROランニング竹橋皇居前店
住所	東京都千代田区一ツ橋1-1-1 パレスサイドビル1F
主催者	Re.Ra.Ku PRO(リラクプロ) ランニング
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/76549

MAP