



## とりあえず10km！@皇居

居酒屋でとりあえずはビール！ランナーでとりあえずは10km！！

というわけで10kmペース走です（笑）

皇居の程よいアップダウンで脚力・心肺機能ともにアルコール以上の報酬を与え鍛えていきましょう！

週ごとレベルが変わります。挑戦するもよし、走り込みの一環・調整の目的もよし！

お気軽にご参加ください。

イベント名	とりあえず10km！@皇居
開催日	2022/11/10
受付開始	18:30 ~
申込料	一般 1,500円
支払方法	会場払い
開催場所	Re.Ra.Ku PRO 竹橋皇居前店
住所	東京都千代田区一ツ橋
主催者	雅（みやび）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！ <a href="https://moshicom.com/77699">https://moshicom.com/77699</a>

