



## 30K/3時間走 低速ロングビルドアップ走練習会

2月下旬～3月上旬のフルマラソンに向けて、3か月前から開始する【走り込み期】に最適な、余裕度の高い低速ペースでスタートするロングビルドアップ走です。適度な起伏がある5Kの周回コースで実施します。

イベント名	30K/3時間走 低速ロングビルドアップ走練習会
開催日	2022/12/10
受付開始	8:10 ~
申込料	1回参加 2,500円 土日祝練習会4回・回数券利用 無料 土日祝練習会8回・回数券利用 無料
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	鶴見ノ森迎賓館入口 看板前
住所	大阪府大阪市鶴見区鶴見緑地 東口前
主催者	あすリード

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/79304>



### MAP

