

**Run·La·Run
1,000m Party**

★ 何本走ってもOK ★
★ 何本走れるかみんなでチャレンジ ★

日時 2023年 **01 21 SAT**
13:30~16:00 (終了予定)

参加費 **1,000 円**
★モシコムにて申込

場所
織田フィールド
※貸切ではありません

Schedule

13:30~ 開始
14:00~ アップ(小川メソッド)
14:30~ 1,000m TT スタート

14:30 1組目: 6'00"/km 15:10 5組目: 4'30"/km
14:40 2組目: 5'30"/km 15:20 6組目: 4'30"/km~4'00"/km
14:50 3組目: 5'00"/km 15:30 7組目: 4'00"/km~3'45"/km
15:00 4組目: 4'45"/km 15:40 8組目: 3'45"/km以内

★1kmを何本走ってもOK◎
★トラックを走ったことない人もコーチ陣がサポートします!



Run.La.Run 1000m Party

1000m最大8本！何本走れるか楽しくチャレンジ！

イベント名	Run.La.Run 1000m Party
開催日	2023/1/21
受付開始	13:00 ~
申込料	Run.La.Run 1000mParty 1,000円
支払方法	会場払い
開催場所	織田フィールド
住所	東京都渋谷区神南2丁目3-1
主催者	JINGER
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/80670

