【サブ3～4】2/22(水)「10～12kmビルドアップ走（ラスト1kmフリー）」

織田フィールド（陸上競技場）を利用して「10～12kmビルドアップ走（ラスト1kmフリー）」を実施します。ウォームアップとして体操・ジョグ・ドリルを実施し（任意参加）、19時35分頃メインメニューをスタートします。 平日のポイント練習に、ぜひご参加ください！

イベント名	【サブ3～4】2/22(水)「10～12kmビルドアップ走（ラスト1kmフリー）」
開催日	2023/2/22
受付開始	18:45 ～
申込料	Aグループ：12kmビルドアップ走［4分15秒→3分50秒/km→ラスト1kmフリー］ 1,800円 Bグループ：11kmビルドアップ走［4分30秒→4分05秒/km→ラスト1kmフリー］ 1,800円 Cグループ：11kmビルドアップ走［4分50秒→4分25秒/km→ラスト1kmフリー］ 1,800円 …他
支払方法	会場払い
住所	東京都渋谷区神南2-3-1
主催者	Go up！-Running Community-
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/82843

MAP