



## 20km走（1km / 5分ペース）@皇居

皇居にて20km走（皇居1周5kmを4周）を行います。インストラクターがペースメイクします。ペースは1km / 5分ペース（フルマラソン3時間30分相当）です。1周ごとに水分補給を行います。きつくなったら、マイペースに切り替えてもOKですし、途中リタイアもOKです。秋のマラソン大会に向けて、準備していきましょう。

イベント名 20km走（1km / 5分ペース）@皇居

開催日 2023/4/22

受付開始 9:00 ~

申込料 20km走（1km / 5分ペース）@皇居  
2,000円

支払方法 クレジット決済、コンビニ決済

開催場所 MARUNOUCHI Bike&Run（丸の内  
バイク＆ラン）

住所 東京都千代田区丸の内  
新丸の内ビルディング地下1階

主催者 TRACK TOKYO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！  
<https://moshicom.com/83429>



### MAP

