



## 【5/3(水)8:30～】すごー練「サブ3:30/3:45/4」20KMPR（出入り自由！）@織田

各グループペース付き！ペースは50周同じペースで走ります！全部走ってもよし、少し速いグループのペースを利用してインターバルにしてもよし。出入り自由、アレンジ自由！

自身の目的に合わせた練習に活用してください^^ アレンジ次第でサブ3:15～4:30前後まで可能！

イベント名	【5/3(水)8:30～】すごー練「サブ3:30/3:45/4」20KMPR（出入り自由！）@織田
開催日	2023/5/3
受付開始	8:20～
申込料	【5/3(水)8:30～】すごー練「サブ3:30」20KMPR @織田フィールド 3,000円 【5/3(水)8:30～】すごー練「サブ3:45」20KMPR @織田フィールド 3,000円 【5/3(水)8:30～】すごー練「サブ4」20KMPR @織田フィールド 3,000円
支払方法	会場払い
開催場所	申込者のみに公開
住所	東京都渋谷区
主催者	菅生 晶子 すごう あきこ
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/84766">https://moshicom.com/84766</a>

