



Wユッキー&ハマッキーの12kmビルドアップ走 フルマラソンサブ3~サブ4向け

Aグループ4分40秒~3分50秒(サブ3向け) Bグループ5分30秒~4分50秒(サブ3.5向け)

Cグループ6分10秒~5分30秒(サブ4向け) 3つのグループに分けて行います。また松村幸栄選手がフルマラソンで2時間37分(自己ベスト5分更新)に繋がった身体の使い方が更によくわかるウォーミングアップをみなさんに伝授いたします!

イベント名	Wユッキー&ハマッキーの12kmビルドアップ走 フルマラソンサブ3~サブ4向け
開催日	2023/4/30
受付開始	8:15 ~
申込料	松ゆっきー サブ3.5向け 2,000円 はまっきー サブ3 2,000円 和田ゆっきー サブ4 2,000円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
住所	東京都千代田区丸の内3-2
主催者	松ゆっきー

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/85013>

