



## 【6～7月】土日15:00 サブ5.5～4.5 タナベコーチのマラソン完走チャレンジ練習会

練習についていけるか不安。途中で離れたらどうしよう。大丈夫です！約1kmの周回コースを走るのので1周休んだりショートカットで走力に合わせて走れます。余裕があれば後半ペースアップも。タナベコーチの声かけでみんなで楽しく頑張りましょう！サブ5.5 サブ5 サブ4.5 サブ4・6/3、4、10、11、17、18、24、25 7/1、2、8、15、16、22、23、29、30タナベコーチ+日付検索！

イベント名	【6～7月】土日15:00 サブ5.5～4.5 タナベコーチのマラソン完走チャレンジ練習会
開催日	2023/6/1～2023/7/31
受付開始	14:00～
申込料	6/3(土)・15:00〔1km×5本：キ口5分40秒ペース〕1,000円 6/4(日)・15:00〔500m×8本：キ口5分30秒ペース〕1,000円 6/11(日)・15:00〔400m×8本：キ口5分30秒ペース〕1,000円...他
支払方法	会場払い
開催場所	ナチュラルベーシックランジム
住所	東京都千代田区内神田1-12-14 廣瀬ビル1F
主催者	Natural Basic RUN (ナチュラルベーシックラン・ナベラン)

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/85720>

