



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3.5～サブ4.5向け

Aグループ5分30秒～4分40秒(サブ3.5向け) Bグループ6分10秒～5分20秒(サブ4向け)
Cグループ6分50秒～6分00秒(サブ4.5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な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3.5～サブ4.5向け |
| 開催日 | 2023/7/1 |
| 受付開始 | 7:45～ |
| 申込料 | サブ3.5の松ユッキー 2,000円 サブ4のハマッキー 2,000円 サブ4.5 和田ユッキー 2,000円 |
| 支払方法 | クレジット決済 |
| 開催場所 | 申込者のみに公開 |
| 住所 | 東京都千代田区 |
| 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/87752 |

