



## 【雅練】サブ3.5向け！3000m+2000m+1000m+600m+400m インターバル

サブ3.5設定レベルのインターバルトレーニングです。インターバルと聞くとときついイメージを持たれると思いますが皆さんで集まって取り組めばきっと楽しく走り切れます！少しレベルが高くともそれぞれで本数や距離調整していただいてもOK！是非集まって楽しくインターバルしましょう

イベント名 【雅練】サブ3.5向け！3000m+2000m+1000m+600m+400m インターバル

開催日 2023/6/23

受付開始 18:30 ~

申込料 一般 1,500円

支払方法 会場払い

開催場所 代々木公園陸上競技場（織田フィールド）

住所 東京都渋谷区神南

主催者 雅（みやび）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/87948>



### MAP

