



## 【サブ4向け】東京合宿

### 30km&坂道インターバル練習会（単発参加OK！）

1日目に30km走、2日目にインターバルトレーニングという鬼のセット練習を開催します！  
両日ともサブ4目標向けのペースでコーチがペースメイクするので安心！  
場所は2日とも皇居周辺で行います。

イベント名 【サブ4向け】東京合宿 30km&坂道インターバル練習会（単発参加OK！）

開催日 2023/9/9・2023/9/10

受付開始 8:00 ~

申込料 9/9(土)30km走 2,000円  
9/10(日)坂道インターバル 2,000円  
両日参加 3,000円

支払方法 クレジット決済、コンビニ決済

開催場所 桜田門時計台

住所 東京都千代田区皇居外苑1-1

主催者 ランニングアイランド（Running Island）

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/92562>



#### MAP

