



30K/3時間走 低速スタートロングビルドアップ走練習会

2月下旬～3月上旬のフルマラソンに向けて、3か月前から開始する【走り込み期】に最適な、余裕度の高い低速ペースでスタートするロングビルドアップ走です。適度な起伏がある5Kの周回コースで実施します。

イベント名	30K/3時間走 低速スタートロングビルドアップ走練習会
開催日	2023/12/9
受付開始	8:10 ~
申込料	1回参加 2,500円 土日祝練習会4回・回数券利用 無料 土日祝練習会8回・回数券利用 無料
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	鶴見緑地東ゲート(鶴見ノ森迎賓館入口近く)
住所	大阪府大阪市鶴見区浜5丁目2 - 南1 緑地東橋
主催者	あすリード
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/96767

MAP

