



## 【冬のマラソンに向けて！】1km 6分20秒！サブ4.5向け15km/20km/30km走@皇居

フルマラソン5時間切り（サブ5）目指す方向けの15～30km走です。長い距離走練習は身体的にも精神的にもきついもの。そんな距離走は皆さんで集まり力を借りて頑張ってください。

青梅、大阪、東京、名古屋など2～3月とレース出場予定の方は今が大事！今がチャンス！！  
お待ちしております

イベント名	【冬のマラソンに向けて！】1km 6分20秒！サブ4.5向け15km/20km/30km走@皇居
開催日	2024/1/13
受付開始	7:30～
申込料	10～15km 1,500円 20km 2,000円 25～30km 3,000円
支払方法	会場払い
開催場所	Re.Ra.Ku PRO 竹橋皇居前店
住所	東京都千代田区一ツ橋
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！ <a href="https://moshicom.com/97553">https://moshicom.com/97553</a>

