

タイムテーブル

更新:2018年9月

8:45 — **5分間ウォームアップ走** 並木通りの周回コースに10mごとの目印を表示。5分間でどのくらい走れたかを確認できる。途中参加や途中終了も自由なので、マイペースで走りましょう。

