

東京マラソン2015を楽しもう&楽走組 スタート東京2015予定表

更新日：2014年9月13日

※幹事・集合場所・練習メニューは現時点での案であり変更する場合があります。詳細はmixiの東京マラソン2015を楽しもうコミュ(http://mixi.jp/view_community.pl?id=5497865)のイベントにて確認をお願いします。

10月				11月			12月			1月			2月		
日	幹事	集合	練習メニュー(距離km)	日	幹事	集合	練習メニュー(距離km)	日	幹事	集合	練習メニュー(距離km)	日	幹事	集合	練習メニュー(距離km)
1				1				1				1	あうとさいど エバ	ラフィネ 日比谷店	日比谷～ゴール (32Km)
2				2				2				2			
3				3				3				3			
4				4				4				4			
5				5				5				5			
6				6				6				6			
7				7				7	KH	ラフィネ 日比谷店	前半ハーフ (21Km)	7	Pandora 目標サブ50	調整中	周回コース調整中 (20Km)
8				8	Pandora ツマツ	JOGPORT ARIAKE	お台場 (10Km程度)	8				8			
9				9				9				9			
10				10				10				10			
11	あうとさいど Pandora	ラフィネ 日比谷店	皇居(プレ開催) (5Km or 10Km)	11				11				11	Pandora あうとさいど	ラフィネ 日比谷店	スタート～浅草～日比谷 (24Km)
12				12				12				12			
13				13				13	エバ オカ	ラフィネ 日比谷店	後半ハーフ (21Km)	13			
14				14				14				14	あうとさいど	ラフィネ 日比谷店	皇居で最終調整 (10Km)
15				15	あうとさいど KH	ラフィネ 日比谷店	スタート～日比谷 (10Km)	15				15			
16				16				16				16			
17				17				17				17	エバ あうとさいど	ラフィネ 日比谷店	スタート～浅草～日比谷 (24Km)
18				18				18				18			
19				19				19				19			
20				20				20				20			
21				21				21				21	あうとさいど Pandora	調整中	エキスポ
22				22				22				22	全員	JR新宿駅	東京マラソン
23				23				23	Pandora KH	ラフィネ 日比谷店	前半ハーフ (21Km)	23			
24				24	あうとさいど エバ	ラフィネ 日比谷店	日比谷～品川～日比谷 (11Km)	24				24	あうとさいど KH	ラフィネ 日比谷店	日比谷～ゴール (32Km)
25	Pandora	ラフィネ 日比谷店	皇居(プレ開催) (5Km or 10Km)	25				25				25			
26				26				26				26			
27				27				27	あうとさいど Pandora	ラフィネ 日比谷店	後半ハーフ (21Km)	27			
28				28				28				28			
29				29				29				29			
30				30	Pandora おのたか	ラフィネ 日比谷店	日比谷～浅草～日比谷 (17Km)	30				30			
31				31				31				31			

※10/11は楽走組の練習会も開催

※11/8は楽走組の定例練習会も開催

※12/13は楽走組の練習会と合同開催

※1/11は楽走組の練習会と合同開催

※2/7は楽走組の練習会と合同開催

姉妹コミュニティ「楽走組」のHP http://mixi.jp/view_community.pl?id=4572803

ラフィネ ランニングスタイル日比谷店のHP <http://www.raffine-rs.com/about/hibiya/>

JOGPORT ARIAKEのHP <http://jogport.com/>