

【サブ4～3.5程度】5/3(金祝)生駒ボルダー練習会

関西のマラソンランナーなら一度は走っておきたい生駒ボルダー。往復約29kmのコースを1km7分～7分30秒ペース(アップダウンが中心になりますので、1分マイナスくらいでペース感は考えてください)を目安に走ります。一度走ってみたいけど、コースが分からない方にもおすすめの練習会です。残り5km程度はファルトレク形式で、個々人でペースをコントロールしながらゴールを目指します。

イベント名 【サブ4～3.5程度】5/3(金祝)生駒ボルダー練習会

開催日 2024/5/3

受付開始 9:40～

申込料 練習会参加費 2,500円

支払方法 クレジット決済、コンビニ決済

開催場所 生駒山麓公園

住所 奈良県生駒市俵口町2088番地

主催者 kusu

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/101478>



MAP

