



大阪30K（呼称：オオサカサーティケー）

フルマラソンを完走・快走するためには、30km以降に訪れる疲労状態を疑似体験しておくことが重要です。そこで行っておきたいのが30km走。しかし、1人で30km走を行うのは、走力のある人でも大変……。アールビーズスポーツ財団の30Kシリーズは、信号のないコースで給水を取りながら走ることができるので、1人で行う自信がない人にはお勧めです。

30Kに出場すればフルマラソン本番での自信につながります！

イベント名	大阪30K（呼称：オオサカサーティケー）
開催日	2017/10/1（日）
受付開始	07:00～
申込料	フルマラソン目標タイム 3時間以内に完走できる方（8:30スタート）6,500円 フルマラソン目標 3時間30分以内に完走できる方（8:30スタート）6,500円 フルマラソン目標タイム 4時間以内に完走できる方（8:30スタート）6,500円 ・・・他
支払方法	クレジット決済
開催場所	淀川河川公園
住所	大阪府大阪市淀川区西中島2丁目
主催者	アールビーズ大阪事業所
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/10216

