

五福で25km走やります！

9月10日（日）6：30～10：00

フルマラソンに向けた脚作りませんか？

練習内容：準備体操→

11km坂道ロードワーク→

1km周回コース×14周

主催：ラットレースランニングクラブ



五福で25km走やります！

9月10日（日）に25kmランニング会を行います。内容としてはフルマラソンに向けた脚作りとして、準備体操 11km坂道ロードワーク 1km周回コース×14周といった内容で行います。

辛いなど思われた際は、途中で休憩や抜けるのも各自の判断にてお願いします。

イベント名	五福で25km走やります！
開催日	2017/9/10
受付開始	6:15～
申込料	25kmランニング会 無料
参加定員	10人
開催場所	五福陸上競技場
住所	富山県富山市五福1942
主催者	はうはうず

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/11044>



MAP

