



## 第6回 忘年ご機嫌伊予路30km走！「愛媛マラソンコース + 松山城登坂」(伴走車つき)

年末恒例フルマラソン対策イベント。長距離対応の走り方、および愛媛マラソン最大の難所「平田の坂」攻略法のレクチャー。さらに、個別並走アドバイスも。2017年走り納めも兼ねた、レース対策30km走。大会コースの前後半の一部となる約28kmを試走後、30・35kmの壁を乗り越えるための、もうひと踏ん張り力も養成すべく、締めには松山城登坂走。歩いて登るだけでも効果絶大！ですよ。

イベント名	第6回 忘年ご機嫌伊予路30km走！ 「愛媛マラソンコース + 松山城登坂」(伴走車つき)
開催日	2017/12/29
受付開始	8:15 ~
申込料	忘年30km走 3,000円
支払方法	会場払い
参加定員	25人
住所	愛媛県松山市城山公園
主催者	μさん
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！ <a href="https://moshicom.com/11512">https://moshicom.com/11512</a>

