



## 峠走でMerry脚づくり！ 第3回 「瀬戸風峠ご機嫌ランニング〜」

標高210mの瀬戸風峠、上って下って脚づくり！フルマラソンを走り切るだけの脚とスタミナ養成、さらにはスピード強化にも。とっても効果高く、とっても効率良いのが、息上げて駆け上り・回転上げて駆け下る 峠走 峠越えて、ちょっとヒィハァいたしましょ。総距離13～15kmの予定。

イベント名	峠走でMerry脚づくり！ 第3回 「瀬戸風峠ご機嫌ランニング〜」
開催日	2017/12/23
受付開始	8:30 ~
申込料	瀬戸風峠走 2,000円
支払方法	会場払い
参加定員	20人
住所	愛媛県松山市道後温泉駅
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/11625">https://moshicom.com/11625</a>

