



## 雨天決行 環状線1周ラン 約28キロ + 14キロ キロ約7分 2500円

環状線を大阪城公園駅から時計回りに1周します。環状線を走った後、大阪城公園を走る42キロコースもあります。体調が悪くなくても、駅が近くにあるのでチャレンジしやすいです。走る前に、ランナー向け効果的なストレッチ、理想的なランニングフォーム、上り下りの走り方レクチャーします。知り合いと一緒に参加は2300円です。

イベント名	雨天決行 環状線1周ラン 約28キロ + 14キロ キロ約7分 2500円
開催日	2020/3/8
受付開始	9:00 ~
申込料	環状線1周ラン 2,500円 知り合いと一緒に参加 2,300円 環状線ラン + 14キロ(大阪城公園) 3,000円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
住所	大阪府大阪市中央区大阪城
主催者	フレンドリー
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/36861">https://moshicom.com/36861</a>

