



月例マラソン走力チェック（5km走・12分間走）+ 東温重信川土手

「彼（マラソン）を知り己を知れば百戦殆うからず」今のあなたの走力、どの程度のもんでしょね？現状の自身の走りを知り、今後の練習やトレーニングに活かすべく、定期的チェックはオススメ。今回は、5km走、および12分間走でチャレンジ。スピード強化も兼ね、マイペースで疾走を。とはいえ、がんばるフリがモットーの我がμ主催、アンヘルシーな過度な追い込みは厳禁、ですよ。（笑）

イベント名	月例マラソン走力チェック（5km走・12分間走）+ 東温重信川土手
開催日	2020/8/1
受付開始	9:00 ~
申込料	月例チェック（5km走）1,000円 月例チェック（12分間走）1,000円 月例チェック（5km走&12分間走）1,500円
支払方法	会場払い
参加定員	25人
住所	愛媛県東温市南野田 桜つつみ公園
主催者	ランナーズμ（愛媛松山・東京世田谷・お四国・東温）
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/42717

