



保津峡・夏のみドル起伏走～距離は自分で選択できる～

オキランでは「3つの起伏走」の1つとして活用。こちらのコースはロング系の起伏走です。一つの坂が1km以上ある所が多いのが特徴。夏場の体力アップ、みドル走、ロング走にお薦めです。(ハースやマラソン、10km向け) 今回は3.5km上って、3.5km下りの往復走。

イベント名	保津峡・夏のみドル起伏走～距離は自分で選択できる～
開催日	2021/7/17
受付開始	9:00～
申込料	クラブメンバー 2,500円 一般の方 3,000円
支払方法	会場払い
開催場所	JR保津峡駅の改札口を出たところ
住所	京都府亀岡市保津町
主催者	ORC(オキランニングクラブ/ プロランニングコーチ沖 和彦)

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/57172>

