# 【9.11土曜】【併走有】【少人数】【サブ3〜サブ４】走り切れる・こまめな上り下り起伏10〜12Ｋ

長い距離の練習にあわせて行うと良い、5kmや10kmの強度の高い練習です。前後半に分けてレベル別にペースメイクするので、良い練習できます。(坂道のレースに出る方やトレーニングしたい方はお薦め)

| | |
|---|---|
| イベント名 | 【9.11土曜】【併走有】【少人数】【サブ3〜サブ４】走り切れる・こまめな上り下り起伏10〜12Ｋ |
| 開催日 | 2021/9/11 |
| 受付開始 | 9:30 〜 |
| 申込料 | イベント参加 2,500円<br>フォーム講義(イベント参加特典)5名限定 無料<br>小学生・中学生 1,500円 |
| 支払方法 | 会場払い |
| 開催場所 | JR比叡山坂本駅の改札出たところ |
| 住所 | 滋賀県大津市坂本 |
| 主催者 | ORC(オキランニングクラブ/<br>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！<br>https://moshicom.com/58804 |

MAP