



大阪マラソンコース：ラスト15K試走&直前対策セミナー

大阪マラソンへ約2週間後のこの日、ラスト15Kを試走します。試走の目的は走り込みでも道を覚えることでもなく、キーポイントの起伏の程度と距離感を確認すること。また辛さが増す30K、35K、40K、ラスト1Kポイント風景を目と頭にインプットしレース日の辛さに打ち勝つ意欲を高めること。なので大阪M試走はラスト15K走で十分。試走後のセミナーでは直前練習法と当日のペースメイクのアドバイスも行います。

| | |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| イベント名 | 大阪マラソンコース：ラスト15K試走&直前対策セミナー |
| 開催日 | 2022/2/11 |
| 受付開始 | 7:45 ~ |
| 申込料 | 1回参加 3,000円 土日祝練習会4回・回数券利用 無料 土日祝練習会8回・回数券利用 無料 |
| 支払方法 | クレジット決済、コンビニ決済 |
| 参加定員 | 25人 |
| 開催場所 | 天王寺公園内 産直市場「よってって」 前の「OSAKAモニュメント」 |
| 住所 | 大阪府大阪市天王寺区茶臼山町5-5 |
| 主催者 | あすリード |
| 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/65529 |

