【サブ4～3.5程度】7/18(月祝)生駒ボルダー練習会

関西のマラソンランナーなら一度は走っておきたい生駒ボルダー。往復約29kmのコースを1km7分～7分30秒ペース(アップダウンが中心になりますので、1分マイナスくらいでペース感は考えてください)を目安に走ります。一度走ってみたいけど、コースが分からない方にもおすすめの練習会です。残り5km程度はファルトレク形式で、個々人でペースをコントロールしながらゴールを目指します。

イベント名	【サブ4～3.5程度】7/18(月祝)生駒ボルダー練習会
開催日	2022/7/18
受付開始	9:40 ～
申込料	練習会参加費 2,500円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	生駒山麓公園
住所	奈良県生駒市俵口町2088番地
主催者	kusu
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/71217

MAP