



## 第29回「伊予峠巡走」(砥部ミステリー峠編) オプション教室あり

伊予の峠で、マラソン脚づくり。脚力強化とともに、スタミナ養成、そしてスピード強化にも。とっても効果高く、とっても効率良いのが「峠走」。ご褒美の絶景眺望も満喫しつつ、みんなでご機嫌にちょいとヒィハァ。今回目指すは、標高300mほどの「砥部ミステリー峠」。総走行距離は15kmほどの予定。峠走スタート前には、オプションで坂道教室もご用意しておりますので、ご活用ください。

イベント名	第29回「伊予峠巡走」(砥部ミステリー峠編) オプション教室あり
開催日	2022/9/10
受付開始	9:00 ~
申込料	伊予峠巡走(砥部ミステリー峠編) 2,000円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
住所	愛媛県伊予郡砥部町砥部町役場入口前
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/74086>

