



【フルマラソン対策】冬の京都鴨川練習 周回走 28k 20k 15k【サトウ練習会】

限界を超えるサトウ練習会。京都ランの定番コース、鴨川をサトウ練習会オリジナルのコースで走ります。2から11の距離を小休憩を挟みながら4区間走り、スピード持久力を鍛えます。全区間を完走されたら合計タイムを出します。スピードと持久力も鍛えられ、今季のフルマラソン向けの練習ととしても効果的です。負荷はハーフマラソンか30と同程度。初めてののかたも自分のペースで走っていただけます。

イベント名	【フルマラソン対策】冬の京都鴨川練習 周回走 28k 20k 15k【サトウ練習会】
開催日	2023/2/25
受付開始	8:00 ~
申込料	<p>【1区から参加 8:00集合28^千円】冬の京都鴨川練習 周回走【サトウ練習会】 2,500円</p> <p>【2区から参加 9:00集合20^千円】冬の京都鴨川練習 周回走【サトウ練習会】 2,500円</p> <p>【3区から参加 9:30集合15^千円】冬の京都鴨川練習 周回走【サトウ練習会】 2,500円</p>
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	四条大橋の交番横から鴨川に降りたところ
住所	京都府京都市中京区柏屋町四条通先斗町角
主催者	サトウ練習会 SATO Running Team



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/82331>

