



## 第32回「伊予峠巡走」(谷上山公園編) 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っとヒィハァ。今回目指す先は、標高300mほどの「谷上山公園」。えひめ森林公園も少々巡りつつ、総走行距離約15km(上り下り坂道区間10kmほど)の峠散走となります。

イベント名	第32回「伊予峠巡走」(谷上山公園編) オプション教室あり
開催日	2023/5/14
受付開始	9:00 ~
申込料	伊予峠巡走 2,000円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
開催場所	ウェルピア伊予集合
住所	愛媛県伊予市下三谷
主催者	μさん
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！ <a href="https://moshicom.com/84363">https://moshicom.com/84363</a>

