★第34回「伊予峠巡走」（東温塩ヶ森編Part5）※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。今回目指す先は、標高525mの＜塩ヶ森＞。総走行距離は14～15km（峠越え上り下り区間は8km）ほど。今回で5度目となる好評の塩ヶ森ルートをアタック！ オプション教室もご用意してますよ。

イベント名	★第34回「伊予峠巡走」（東温塩ヶ森編Part5）※オプション教室あり
開催日	2023/7/9
受付開始	8:50 ～
申込料	伊予峠巡走（塩ヶ森編） 2,000円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
住所	愛媛県東温市北方
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！ https://moshicom.com/86748

MAP