



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](https://moshicom.com/86748)

