



夏の走り込み！アップダウンを走ろう、布目・大和高原LSD

この練習会は、ランニング雑誌「クリール」に現在サブ3ステップアップメソッド（ランバディ式）を連載中のいとう・しろうコーチが立案、コースレイアウトした起伏のある24kmコース使用のLSD練習会です。24km中、信号は僅か4か所。給水車による給水休憩以外ほぼ止まらずに走り切れる、脚作りに適したコースであなたも夏の走り込みをしてみませんか？

イベント名	夏の走り込み！アップダウンを走ろう、布目・大和高原LSD
開催日	2017/7/23
受付開始	7:45 ~
申込料	夏の走り込み！アップダウンを走ろう、布目・大和高原LSD 3,000円
支払方法	会場払い
参加定員	20人
開催場所	申込者のみに公開
住所	奈良県山辺郡山添村
主催者	ランバディ・ランニング・クラブ
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/8914

