



## 10月28日（土）【関西・箕面】峠走15k初級者向け練習会（マラソン後半対策）@箕面

遂にスガヤトーゲ（峠走）開催します！！峠走はマラソン/トレイルランなどの長距離種目のパフォーマンスアップに効果があるトレーニングで特に終盤を強くするトレーニング強化としても最適です。そんな練習会を今回は初級者ペース（苦しい場所は歩きOK）で開催します。距離は約上り7km/約下り7km。傾斜はそんなにキツくないです。

|       |   |
|-------|---|
| イベント名 | 10月28日（土）【関西・箕面】峠走15k初級者向け練習会（マラソン後半対策）@箕面  |
| 開催日   | 2023/10/28  |
| 受付開始  | 9:30 ~  |
| 申込料   | 1028スガヤトーゲ 3,000円   |
| 支払方法  | 会場払い  |
| 住所    | 大阪府箕面市箕面ドライブウェイ   |
| 主催者   | TUNAGARE(ツナガレ)  |
| 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！<br><a href="https://moshicom.com/92916">https://moshicom.com/92916</a> |

