



## 【もうすぐ満員！】はじめての矢田丘陵トレイルラン

いま人気です。奈良県でトレイルランニングツアーを開催。人気の矢田丘陵ハイキングコース。「トレイルランをちょっと体験してみたい」そんな方におすすめの里山トレイルです。「山のマナーは？」「山を走るときの服装と装備は？」「山を歩くのが速くなる歩き方は？」「ひざに負担の少ない下りの走り方は？」休憩を入れながらみんなで走りますので、はじめてでも大丈夫。多くはお一人参加です。ラン仲間を増やしませんか？

イベント名	【もうすぐ満員！】はじめての矢田丘陵トレイルラン
開催日	2023/12/30
受付開始	8:50 ~
申込料	一般 4,000円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	9:00 近鉄けいはんな線「白庭台（しらにわだい）」駅 改札前に着替えて集合（受付8:50～）
住所	奈良県生駒市白庭台六丁目
主催者	トレイルランナーズ大阪
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/93434">https://moshicom.com/93434</a>

