



## 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	はじめての矢田丘陵トレイルラン
開催日	2024/12/30
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/98688">https://moshicom.com/98688</a>

