9/18(祝・月)アップダウンコース・ロングLSD
布目・大和高原30キロ練習会

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30kmコース使用のLSD練習会です。30km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の総決算をしてみませんか？

イベント名	9/18(祝・月)アップダウンコース・ロングLSD 布目・大和高原30キロ練習会
開催日	2017/9/18
受付開始	7:45 〜
申込料	布目・大和高原30キロ練習会 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/9878