



第42回「伊予峠巡走」(えひめ森林公園編) 上り対策オプション教室あり

伊予の峠で、マラソン脚づくり。脚力強化とともに、スタミナ養成、そしてスピード強化にも。とっても効果高く、とっても効率良いのが「峠走」。ご褒美の絶景眺望も満喫しつつ、みんなでご機嫌にちょっとヒィハァ。今回目指す先は、標高300mほどの「えひめ森林公園」。公園内も駆け巡りつつ、総走行距離約15km(上り下り坂道区間10kmほど)の峠散走となります。

| | |
|-------|---|
| イベント名 | 第42回「伊予峠巡走」(えひめ森林公園編) 上り対策オプション教室あり |
| 開催日 | 2024/5/12 |
| 受付開始 | 8:55 ~ |
| 申込料 | 伊予峠巡走 2,000円 |
| 支払方法 | 会場払い |
| 参加定員 | 10人 |
| 開催場所 | ウェルピア伊予集合 |
| 住所 | 愛媛県伊予市下三谷 |
| 主催者 | μさん |
| 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/102437 |

