

みちくさ30km

ゆっくりと走る事に
賛同頂ける方

LSD 練習会

Long Slow Distance in つるみ川



みちくさ 30 キロ LSD 練習会 in つるみ川
ヴィクトリーツアー：走る旅行会社社長 越田（コシダ）です！
8～10月の以下日程で LSD 練習会を行います。
ぜひ私と一緒に走って練習しましょう！！

~~8.28~~ 土

~~9.4~~ 土

9.18 土

9.23 木

10.23 土

10.30 土

集合
場所

網島駅から徒歩 5 分
大綱橋・河川敷

集合
時間

~~第1回 8月28日(土)7:30 集合~~ 第4回 9月23日(木)7:30 集合
~~第2回 9月 4日(土)7:30 集合~~ 第5回 10月23日(土)8:30 集合
第3回 9月18日(土)7:30 集合 第6回 10月30日(土)8:30 集合

解散 12:00

コース：大綱橋・河川敷からつるみ川沿いを上流に片道15キロを往復30キロ

ペース：6'30/kmペース～7'00/kmペース

参加費：1回 2,500円

3回（一括お申し込みの場合）7,000円

4回（一括お申し込みの場合）9,000円

~~5回（一括お申し込みの場合）11,000円~~

~~6回（一括お申し込みの場合）13,000円~~

募集人員：先着20名

（定員になり次第締め切り）

注意事項

●給水所、エイドをご用意いたしません。各自で予めご用意頂くか、途中の自動販売機等でご購入ください。

●お荷物のお預かりはございません。網島駅のコインロッカーに預けてお越し頂くか、各自持って走行してください。

対象のお客様

- 1人ではなかなか30キロの練習が出来ない方
- フルマラソン完走を目標にしている方
- コロナ禍で大会中止が続いている為、モチベーションが上がらず最近走れていない方
- 上記ペースでゆっくりと走る事に賛同頂ける方



越田 諭 KOSHIDA SATOSHI

年間15本程海外マラソンツアーを企画してお客様と一緒にフルマラソンに参加しています。昨年よりコロナで海外マラソンに行けなくなり、国内のマラソンの企画をしております。マラソン歴：7年 通算フルマラソン出場回数：49回 フルマラソンベストタイム：3時間9分 年内サブスリーを目指して練習中！！

企画：みちくさマラニック走援隊

運営問い合わせ先

～走る旅行会社社長～ 代表取締役社長 越田 諭

ヴィクトリーツアー株式会社

電話番号：090-7633-0072

申し込みは、お申し込みフォームまたは
メールアドレスに下記の情報をお送りください

○ご希望開催日

○お名前（漢字・フリガナ）

○年齢

○お電話番号

○住所

送り先はこちら

koshida@vic-tour.com

確認後、こちらからメールをお送りします