

心と体のリフレッシュ、奥三河で楽しく一日を過ごしましょう



走る、食べる、
元気になる!

今年もやります!

第4回

ランニング&ビーフフェスタ



豊川源流域：森と水源

in段戸山 設楽町後援

＜標高900mの段戸山麓黒田湖周回コース/1周9.2km＞

- ★1人で5周/46km走る：ソロの部
- ★1人1周5人で5周/46km走る：リレーの部
- ★1周9.2kmをのんびりと：ファンラン&ウォーキングの部



*たけうち牧場のジューシー段戸牛でBBQ、運動してしっかり栄養補給!!!

<開催日> 2024年5月25日(土) 10:00~16:00

<当日受付時刻> 8:00~9:30

- <参加料>
- ・ソロの部 46km 11,000円
 - ・リレーの部 46km 5人チーム 55,000円
 - ・ファンラン&ウォーキングの部 9.2km 11,000円

各々、人数分のBBQ・記念Tシャツ付き

★↓↓詳細・お申し込みはこちらのサイトから↓↓★

<https://moshicom.com/97907/>

<https://sakura-seitai.jp.com/dandosan>



坂、あります!
お腹減らしてBBQ



<参加定員> 180人(最終締め切り5月22日)

<開催場所> ばんじゃーる駒ヶ原

愛知県北設楽郡設楽町西納庫字駒ヶ原99-1

<主催者> RIFプロジェクト 櫻井 要

名古屋市天白区島田2-704(櫻整体院内)

TEL 052-804-1174

RIF: HP



ばんじゃーる駒ヶ原



*詳細は[ホームページ](https://sakura-seitai.jp.com/runner)をご覧ください→<https://sakura-seitai.jp.com/runner>

★ボランティアスタッフ同時募集!
お問い合わせください。