

11月12日（火） マラソン月間始まる



11月12日（火）から12月4日（水）はマラソン月間です。
寒さに負けない丈夫な体づくりに取り組んでいきます。
また、自分のペースで5分間走り続けることを目標にしています。
12月5日のマラソン大会が楽しみです。