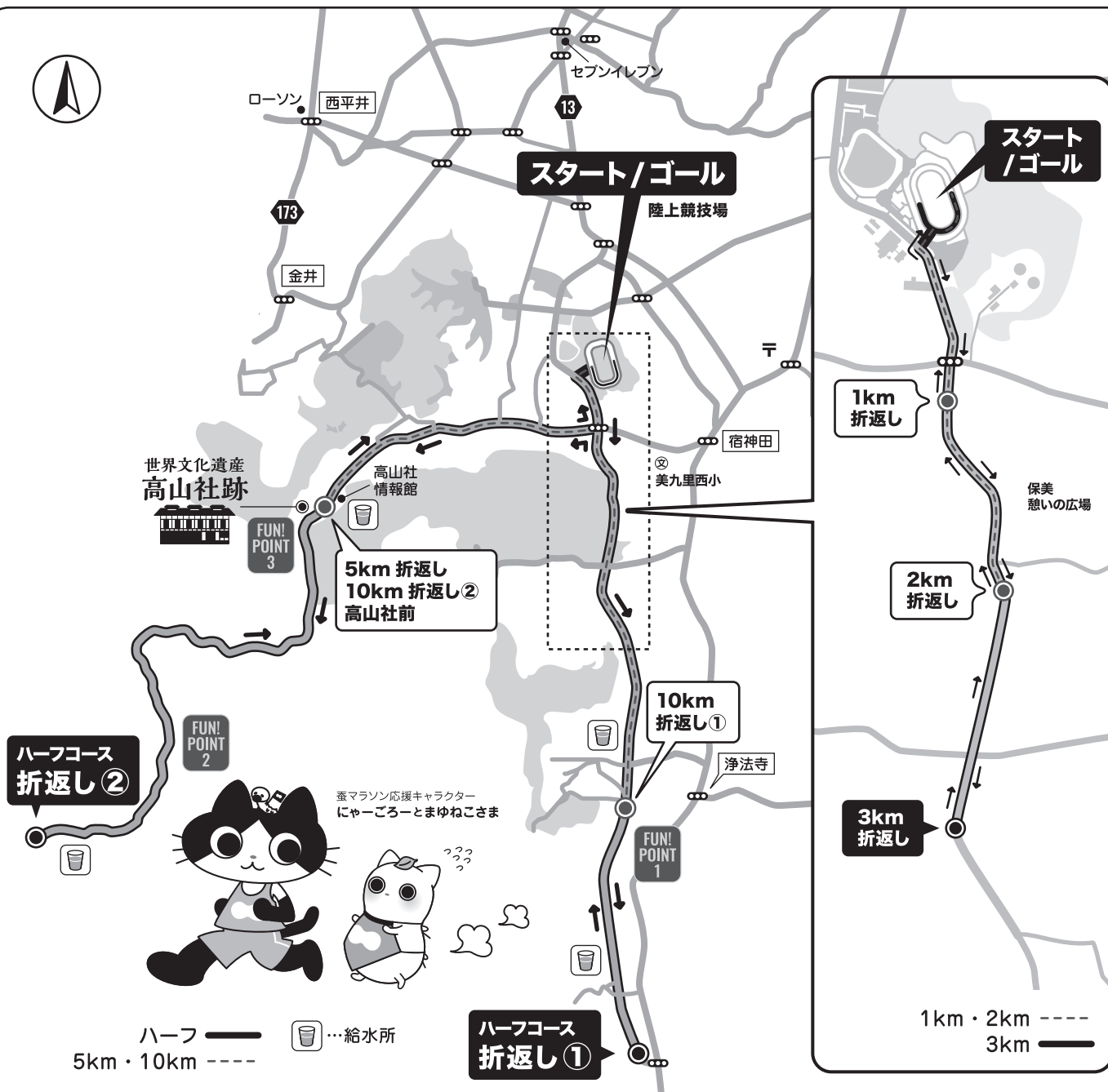
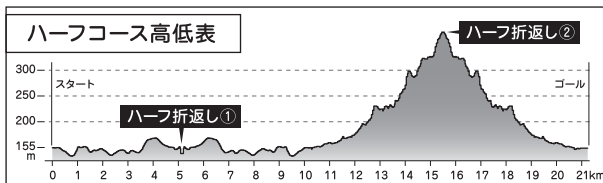


# 第14回 上州藤岡 蚕マラソン

## コース案内

●5km・10km ----- ●ハーフ ———



## 標高差240mを本気で楽しむサバイバルラン!



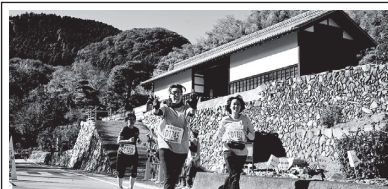
FUN! POINT 1

ハーフコース前半はアップダウンが続きます。給水を取りながらマイペースを保って後半に備えよう!



FUN! POINT 2

ハーフコース後半は蚕マラソン名物の急こう配。長い坂道が続きますが、全力でかけぬけよう!



FUN! POINT 3

坂道を登り切った後は、スピードに乗ってゴールまで!最後の力をふりしぼって世界遺産前をラストスパート!!