APA HOTELS&RESORTS × MIZUNO

推奨ランニングコース

全長
約3kmの
コースです。

※MAP内の距離数はあくまで目安であり、正確なものでありません。ご了承下さい。

ランニングを楽しんでいただくために

体調管理	無理をしないように、体調に合わせた自己管理をお願いします。
水分補給	500ml/1時間が水分補給の目安です。計画的な水分補給を行いましょう。
準備運動	ストレッチなどの準備運動をしっかり行い、怪我の防止をしましょう。
交通法規	信号などに気をつけて交通ルールを守り、車や歩行者に十分に注意をしましょう。

APA HOTEL & RESORT〈東京ベイ幕張〉
〒261-0021 千葉市美浜区ひび野2-3　Tel.(043)296-1111