

自分への挑戦

大阪府 福永 佳久

2019年から、走ることも少なくなり、目標がなくなっていました。

5kg太ってしまい、2km走っただけでひざ関節の負担が大きくなっていました。

2022年の当選を機に減量と完走を目指して、また短い距離から練習していこうと思います。

家族にも太ったけど、また走れる体に戻ったと思われるよう頑張っ練習していこうと思います。

頑張るぞー



ランナーエピソード 3年ぶりの神戸マラソンの思い出



KOBE MARATHON
2022.11.20 SUN