

川内優輝・強さの秘密 / ペース走とビルドアップ走で記録更新 / レース攻略第3弾

快適に、楽しく走ろう!

# ランニングマガジン

www.bbm-japan.com

# course

April 2017 No.171

BASEBALL MAGAZINE SHA

別冊付録共  
定価 820円

# 4

高田夏帆(タレント)  
千葉・房総フラワーライン



別冊付録

ランニングギア  
セレクション  
2017 春夏



日本最強のマラソンランナー

## 川内優輝、 強さの秘密

記録更新の最終カード

ペース走と  
ビルドアップ走

太らないスイーツ

主要大会コース攻略 第3弾

館山若潮マラソン、神奈川マラソン、愛媛マラソン