

『マラソン1年生 / たかぎなおこ
(メディアファクトリー)

…こんな私でも 走るのは楽しい!!』

～ 超運動不足で マラソン初心者 の 女子が
ホルル・マラソンに挑戦する道のり ～

走るノウハウ と 現場感 が **もりもり!**

- ラニングウェアを買って、皇居のまわりを走ってみると…
 - だんだんと本格的に ⇒ iPodと一緒に走る走る🍀
- そして、深夜のホルルに スタートの花火が上がる