



5/3（金祝）走れる体を作る脂肪燃焼ラン【筋トレ+LSD】

マラソンオフシーズン、体重が増えた、体力をつけたい、一人じゃ長く走れないという方向け、100分LSD、1km6分30～7分で走ります。脂肪燃焼&ランニングに効果的な筋トレを行ってから走ります。すっきりした体を作りましょう！マラソンの報告、相談にもぜひご参加ください

イベント名	5/3（金祝）走れる体を作る脂肪燃焼ラン【筋トレ+LSD】
開催日	2024/5/3
受付開始	8:15～
申込料	5/3（金祝）走れる体を作る脂肪燃焼ラン 2,500円
支払方法	会場払い
開催場所	申込者のみに公開
住所	東京都渋谷区
主催者	きのしたゆみこ
お申し込み	イベントへのお申し込みはこちらのサイトから！ https://moshicom.com/103933

