



## 奈良マラソン誰でも簡単に完走講座！～なんやったらサブ4達成～【12/14回】『インターバル』

12月11日に開催される「奈良マラソン2016」にて、制限時間内で完走するための全14回のランニング講座です。完走だけではなく、なんやったらサブ4達成できちゃいます！【第12回】実技『インターバルトレーニング』講座『心拍数?運動負荷?スピード持久力のカギとは?』

イベント名 奈良マラソン誰でも簡単に完走講座！  
～なんやったらサブ4達成～【12/14回】  
『インターバル』

開催日 2016/11/20

受付開始 9:00～

申込料 奈良マラソン誰でも簡単に完走講座！  
～なんやったらサブ4達成～【リカバリー  
ランチセット込】1,800円  
【各回申込】奈良マラソン誰でも簡単に  
完走講座！～なんやったらサブ4達成  
～【リカバリーランチセット無】  
1,000円

支払方法 クレジット決済、コンビニ決済

開催場所 ランナーズバルコレール

住所 奈良県奈良市福智院町31-2

主催者 ランナーズバルコレール

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/2960>



### MAP

