

低酸素トレーニング

標高 2,500M を皇居で/
世界の TOP アスリートも実践！

走力アップ

ダイエット
効果

短時間
トレーニング

運動初心者の
習慣として

走れない時の
走力維持

雨の日の
練習場



ナチュラルベーシックランジム

Natural & Basic RUN GYM

RUN · WALK · BIKE · EXERCISE & HYPOXIA GYM

12/2(水)ナベランジムの皇居で【低酸素RUN/WALK/バイク】

11月1日オープン！毎日営業しています！標高2500mの低酸素トレーニングを皇居で。低酸素環境での高効率・時短トレーニングです。自走式トレッドミル〔4台〕・バイク〔2台〕あります。ご希望の開始時間と内容を選んでください。お得な回数券もあります。30分のトレーニングが平地の3～4倍の運動効果に！

イベント名 12/2(水)ナベランジムの皇居で【低酸素
RUN/WALK/バイク】

開催日 2020/12/2

受付開始 11:45 ~

申込料 17:15-トレッドミル低酸素30分 3,300円
17:15-BIKE低酸素30分 3,300円
18:00-トレッドミル低酸素30分 3,300円
...他

支払方法 会場払い

開催場所 廣瀬ビル1F Natural & Basic RUN GYM

住所 東京都千代田区内神田 1 - 1 2 - 1 4

主催者 Natural Basic RUN (ナチュラルベーシ
ックラン・ナベラン)

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/47746>

MAP

