

M-NRC サブ3:00-3:20  
ラン & ステーキ



## サブ3:00 ~ 3:20の為の体幹トレ & 1200m変速走

コロナ禍でも頑張るランナーに！フルマラソンサブ3:00、3:10、3:20（5000m18:30、19:30、20:30）を目指す方におすすめのM-Nrc練習会です。

|       |                                 |
|-------|---------------------------------|
| イベント名 | サブ3:00 ~ 3:20の為の体幹トレ & 1200m変速走 |
| 開催日   | 2020/12/8                       |
| 受付開始  | 19:10 ~                         |
| 申込料   | M-Nrc vol.11 1,000円             |
| 支払方法  | 会場払い                            |
| 開催場所  | ステージ高円寺 2階                      |
| 住所    | 東京都杉並区高円寺南4-45-9                |
| 主催者   | 退会ユーザー                          |

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/47911](https://moshicom.com/47911)



### MAP

