

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&LSインターバル

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&LSインターバル
開催日	2020/12/22
受付開始	19:10 ~
申込料	M-Nrc vol.13 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/47914](https://moshicom.com/47914)



### MAP

