



## 3/11【30分で2時間の運動効果】低酸素ランレッスン 初回体験は無料です

ひとりではできない心肺機能トレーニングやダイエットをもっと簡単に！興味はあるけどやったことのない低酸素トレーニングをもっと身近に！専属コーチがやさしく丁寧に！ラン初心者からサブ5、サブ4、サブ3を目指すランナーの方へ！しんどいところで粘れる走りを手に入れましょう！雨の日やりハビリトレーニングとしても！JR神田駅、丸ノ内線大手町駅、淡路町駅、都営新宿線小川町駅から徒歩5分！

イベント名	3/11【30分で2時間の運動効果】低酸素ランレッスン 初回体験は無料です
開催日	2021/3/11
受付開始	8:45 ~
申込料	9:00 トレッドミル30分 最大45分可 2,750円 9:00 バイク30分 最大45分可 2,750円 10:00 トレッドミル30分 最大45分可 2,750円 ...他
支払方法	会場払い
開催場所	廣瀬ビル1F ナチュラルベーシックランジム (ナベランジム)
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/50826>

