



## 低酸素 + (ぷらす) 1km x 5本

## 低酸素ランってホントは楽しいんです。〔3/16〕特別価格

走る人も走らない人も楽しくランニングしましょう。話題の低酸素トレーニングに街中のんびりジョギングをプラス。楽しいイベントをプラスした「低酸素ぷらす」しんどいイメージですが、このレッスンでイメージチェンジ。ランニングコーチ、低酸素インストラクター、「みねしまなつみコーチ」による楽しい低酸素トレーニングです。

イベント名	低酸素 + (ぷらす) 1km x 5本 低酸素ランってホントは楽しいんです。〔3/16〕特別価格
開催日	2021/3/16
受付開始	14:00 ~
申込料	14:00 ~ 低酸素トレッドミル + 1km*5本 2,500円 14:00 ~ 低酸素バイク + 1km*5本 2,500円
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/51500>

