Natural
Basic
RUN GYM
RUN/WALK/BIKE/HYPOXIA

〔4/11〕低酸素トレーニングで走力アップ＊ ダイエットにも効果的

「低酸素トレーニング」って聞いたことあるけど、やってみたいけど、どんな感じなんだろう。そんな方に専属コーチがやさしく丁寧に！すべてのランナーの方へおススメです！
ゆっくり走ってもウォーキングでも効果大！見学だけでもOKです。 神田駅、大手町駅から徒歩5分！

イベント名	〔4/11〕低酸素トレーニングで走力アップ＊ ダイエットにも効果的
開催日	2021/4/11
受付開始	11:45 ～
申込料	12:00 トレッドミル30分※最大45分可 3,300円 12:00 バイク30分※最大45分可 3,300円 13:00 トレッドミル30分※最大45分可 3,300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１－１２－１４
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/52375

MAP