2021年5月

# 通い放題プランスタート！

**通い放題シルバー**：1か月 **16,000**円(税込)
※ご利用回数:最大15回まで

**通い放題ゴールド**：1か月 **19,000**円(税込)
※ご利用回数:最大30回まで

## 〔5/2〕低酸素トレーニングで走力アップ＊ 30分ウォークやゆっくりランでも効果的

悩めるランナーへおススメです！ いつものペースが楽に長く走れるように。「低酸素トレーニング」って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！ がんばりすぎなくても効果大！
自転車もあります！見学も可能です。 神田駅、大手町駅、皇居から徒歩5分！

| | |
|---|---|
| イベント名 | 〔5/2〕低酸素トレーニングで走力アップ＊<br>30分ウォークやゆっくりランでも効果的 |
| 開催日 | 2021/5/2 |
| 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<br>12:00 バイク30分※最大45分可 3,300円<br>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！<br>https://moshicom.com/54221 |

MAP