



〔8/22〕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。

土日祝日の各クラスの時間が1コマ60分枠から45分枠となります。それに伴い予約方法が一部変更となりますのでご注意ください。例) 12:00から60分トレッドミル予約の場合12:00トレッドミル30分予約、12:45トレッドミル30分予約。30分、45分利用の場合は今まで通りチケットをご予約下さい。平日との予約方法が異なるのでご注意ください。

イベント名	〔8/22〕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。
開催日	2021/8/22
受付開始	11:00 ~
申込料	11:15 トレッドミル30分 3,300円 11:15 バイク30分 3,300円 12:00 トレッドミル30分 3,300円 ...他
支払方法	会場払い
開催場所	ナチュラルベーシックランジウム (ナベランジウム)
住所	東京都千代田区内神田 1 - 1 2 - 1 4 廣瀬ビル1F
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/57799>

