



〔8/24〕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 〔8/24〕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 2021/8/24

受付開始 8:45 ~

申込料 12:00 トレッドミル30分 3,300円
12:00 バイク30分 3,300円
13:00 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ム（ナベランジム）

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）

MAP



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/57800>

