



## 〔3ヶ月パック〕低酸素（高地）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

1回30分の低酸素トレーニングを週に1回取り入れることを習慣化して3ヶ月続けるととってもお得で効果的です！

イベント名	〔3ヶ月パック〕低酸素（高地）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	2022/3/17 ~ 2022/7/31
受付開始	9:00 ~
申込料	3ヶ月パック 12回 24,000円 3ヶ月パック 16回 28,800円
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1-12-14 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）
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/67479>

