【平日午後トレ
16:30～】サブ4.25向け！二重橋インターバルトレーニング

サブ4.25（マラソン4時間15分切り）を目指す方向けのインターバルトレーニングです。
1km×5（5分00秒）を行います。
短時間で質の高い練習ができます。是非この機会に挑戦してみましょう！

イベント名	【平日午後トレ 16:30～】サブ4.25向け！二重橋インターバルトレーニング
開催日	2023/2/21
受付開始	16:15 ～
申込料	1km×5 インターバル 1,200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
主催者	雅（みやび）ランニングクラブ
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/82115

MAP