Tanoshiku Natural Basic

＼TNBみんなの練習会／火木金10時半
サブ4.5、4、3.5を目指す方＜インターバル走＞ 定員9名

4時間半や4時間、3時間半に向けたレッスンです。1kmや600mのインターバル走をこの春から一緒に走り初めてみませんか？勇気を出して初めての一歩を踏み出してみましょう。異なる走力のランナーとあえて一緒に走ることで初心や新しい視点、目標達成した方からの生のアドバイスなど刺激をもらいながら楽しく自然体で基本を大切に頑張ってみましょう。

イベント名	＼TNBみんなの練習会／火木金10時半 サブ4.5、4、3.5を目指す方＜インターバル走＞ 定員9名
開催日	2023/3/2～2023/3/31
受付開始	10:15 ～
申込料	3/7火 〔1k×5本：7分サイクル〕 1,000円 3/9木 〔1.2k×5本：7分半サイクル〕 1,000円 3/14火 〔1k×5本：7分サイクル〕 1,000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
住所	東京都千代田区内神田1-12-14 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/83239

MAP