



【毎週木曜10:45～】サブ4.25～4.5向け！インターバル&皇居10km

サブ4.25(4時間15分)～4.5(4時間30分)向けレッスンです。10:45と12:30の2部練、どちらか一つのみの参加も可能です。皇居10km(キロ6分20秒ペース)またはインターバル走など日替わりメニューです。当日のトレーニングメニューは詳細にてご確認ください。

イベント名	【毎週木曜10:45～】サブ4.25～4.5向け！インターバル&皇居10km
開催日	2023/6/1～2023/6/29
受付開始	10:30～
申込料	6/1(木)10:45～12:15 インターバル 1,200円 6/1(木)12:30～14:15 皇居10km(6分20秒) 1,200円 6/8(木)10:45～12:15 インターバル 1,200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/86443>

