



【11/5,12,18】はじめての街ラン（初心者・フル5～6時間向け）

初心者の方のための街ランです。秋です^^紅葉！食欲の秋！「秋を探しに！ラン」に出かけましょう。MINATOハーブの試走ジョギングもやりますよ^^/ペースはキロ7-8分おしゃべりできるくらいののんびりペース。時には歩いて休憩をとりながら一緒に走りましょう。10月からスタート時間が14:30に変更になりますので、ご注意ください！

イベント名	【11/5,12,18】はじめての街ラン（初心者・フル5～6時間向け）
開催日	2023/10/1～2023/11/30
受付開始	14:00～
申込料	10/01（日）14:30 秋のスイーツラン（神楽坂方面約9km）1,000円 11/12（日）14:30 秋を探しにラン（神宮外苑いちょう並木 10-12km）1,000円 10/22（日）14:30 秋のスイーツラン（谷中方面10-11km）1,000円...他
支払方法	会場払い
開催場所	Natural Basic RUN GYM
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（ナチュラルベシクラン・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/92548>

