



キックボクシングエクササイズ教室

エアロビクスの動きにパンチとキックを取り入れた有酸素運動！
単純動作の繰り返しなので、初めての方でも安心！



体験会開催 10月13日(金) 19:00~20:00
1回500円(要予約)

日程：10月27日 11月10・17日 12月8・22日(指定金曜日)

時間：19:00~20:00 受講料：6,250円(全5回)

定員：15名(最小催行人数5名)・事前予約先着順

対象：中学生以上(中学生は保護者同伴)

会場：ハーモニーホール(ハーモニープラザ内A棟3階)

持ち物：運動用シューズ・動きやすい服装
着替え・汗拭きタオル・飲み物



Becky(ベッキー)先生

講師 JWJ認定フィットネスインストラクター
趣味：筋トレ・テニス



蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館

お電話、受付窓口または右記のQRからお申込みください！ 講座申込用QR

043-420-8001 【受付時間】9:00~21:00
【休館日】国民の祝日・年末年始

最寄り駅よりのアクセス ※駐車場は台数に限りがございます。公共交通機関をご利用ください。

京成電鉄千原線「千葉寺駅」下車、徒歩6分 【住所】千葉市中央区千葉寺町1208-2ハーモニープラザ内

