キックボクシングエクササイズ教室

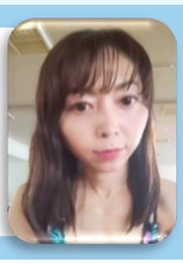
エアロビクスの動きにパンチとキックを取り入れた有酸素運動！
単純動作の繰り返しなので、初めての方でも安心！

ワンコイン 体験会 開催!

1月12日(金) 19:00～20:00
参加費 1回 500円(要予約)

日 程 ：1月26日 2月9・16日 3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)・先着事前予約
対 象 ：中学生以上(中学生は保護者同伴)
場 所 ：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

講 師 Becky(ベッキー)先生
JWI認定フィットネスインストラクター
趣味：筋トレ・テニス

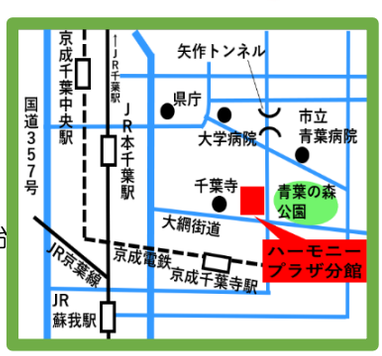


蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館

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