

KICK &  
PUNCH!



※画像は他施設で実施のイメージです

# ガールズ Girl's KICK BOXING キックボクシング



教室内容：

キック&パンチの全身運動で筋力や持久力の向上、減量効果がある上に爽快感をもたらします。基本からしっかり指導いたしますので、初心者の方でも安心してご参加頂けます。



開催日時：

2024年1月9日(火)～2024年3月26日(火)までの毎週火曜日  
19:00～20:00 松戸運動公園武道館多目的室2にて



持ち物：

運動着、タオル、飲み物、グローブ(販売もございます)



受講料：

1回 1,650円



対象：

高校生以上の女性

ご注意

施設の休館、ご参加の状況等により、開催日に変更が生じる可能性がありますこと、予めご承知おきください。