

受講生募集！

キックボクササイズ



音楽に合わせて
キックやパンチを
くだし、爽快地
汗を流します。

誰でもできる
簡単な動きですが
達成感は抜群です。
一緒にストレスを
発散しましょう！

日時: 4月～9月 第2土曜日

19時～20時30分 (全6回)

場所: 下蒲刈まちづくりセンター

対象: 高校生以上 ●定員 20名(先着順)

講師: 東 竜太郎(ひがし りゅうたろう)

受講料: 2,400円

持参物: 室内用シューズ・運動しやすい服装・飲料水



申込: 3月1日(金)～定員になり次第締め切り

★申し込みは直接同センター窓口で(電話は不可)

*既納の受講料は、キャンセルしてもお返しできませんのでご了承ください。

【問合せ】下蒲刈まちづくりセンター TEL.65-2027