

ミット & ボディメイク教室

ダイエット、運動不足解消に最適☆
個人の体力、ペースに合わせ無理なく受講が可能です！
ボクシングの基礎からミット打ちまで丁寧に指導します！

【 全5回コース・木曜日 】

2月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

3月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

■ 実施日程

■ 予備日

【時 間】 13:30 ~ 14:30

【場 所】 多目的室

【定 員】 11名（先着）

【対 象】 成人女性

【受講料】 2,500円（保険料込み）

【講 師】 きんじょう げんき 金城 元気 （一般社団法人 TEAMたまぐすく）

【申込期間】 1月11日（水）開始

※窓口受付。受講料は受付時に支払い。

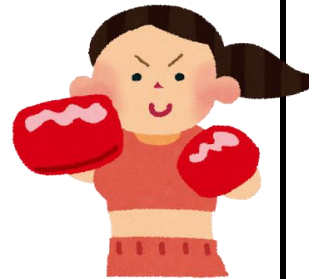
※申し込み後のキャンセルはご遠慮下さい。

※受付時間：9:00～21:00（火曜休館）

新型コロナウイルスの状況により時短営業（受付時間変更）になる場合がございます。

【留意事項】

- （1）受講中の傷害はレク傷害保険（通院1日千円）で取り扱います。
- （2）運動にふさわしい服装で受講して下さい。
- （3）申込者が少数の場合は開講を取りやめます。
- （4）開講を取りやめた場合のみ、返金を行います。
- （5）携行品 — 運動着・シューズ・ヨガマット・軍手・飲み物等
- （6）トレーニング室増築工事に伴う騒音が予想されます。
ご理解の上お申し込み下さい。
- （7）新型コロナウイルス感染防止策へのご協力をお願い致します。
※感染症拡大状況によっては開講を中止する場合がございます。



〈お問合せ〉

豊見城市民体育館

TEL：098（850）1550