

運動不足で悩んでいる方、 **解決**します。

(株) フクシ・エンタープライズ

講師：越戸 淳子

女性限定

定員
10名

初級キックボクシング



家でも簡単に
できる、体幹
トレーニング、
ストレッチなど
も行います！

運動不足の解消

脂肪燃焼効果

ストレス解消

皆様のご参加をお待ちしております！

●開催場所

きたぎんボールパーク 野球場 会議室

盛岡市永井7地割16-2 TEL:019-613-3080

●開催日時・料金

木曜日 19:00～20:00(祝日、年末年始休館日は除く)

1回 900円(教室の前後にトレーニングルームがご利用可能です。)