

スポーツの日イベント

ボディコンバット

BODY COMBAT

無料体験

ボディコンバット

空手、ボクシング、テコンドーなど様々な格闘技の動きを取り入れたワークアウト。難しい動きは一切ない。激しく動いてストレスを発散させよう。

10月14日(月) 19:30~20:30

定員：先着32名 講師：後藤 持ち物：トレーニングシューズ
トレーニングルーム受付でお申し込みください