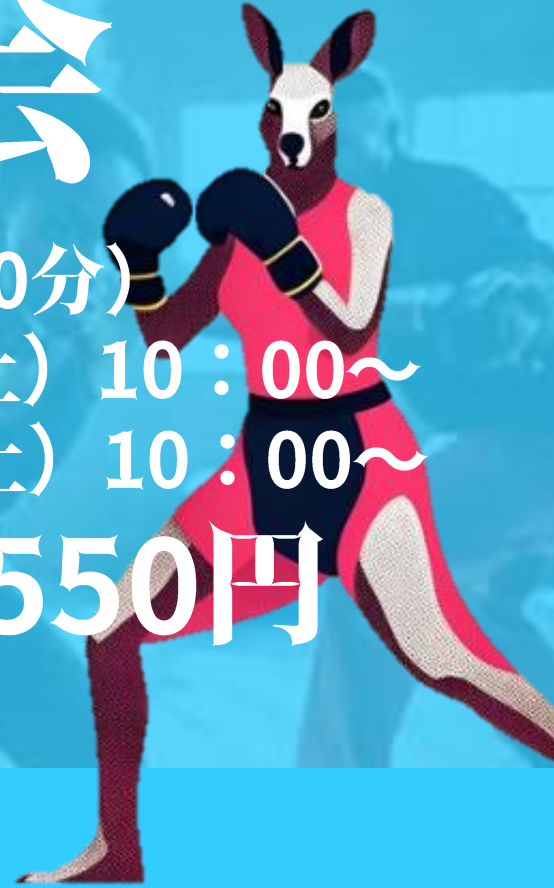


ボクササイズ 体験会

各回 (60分)
3/1 (土) 10:00~
3/15 (土) 10:00~
各回550円



ボクササイズ講師
青松 勇守

ボクササイズは、ボクシングの動作を取り入れたフィットネスプログラムで、全身を効果的に動かすことができます。その魅力は、ダイエットや筋力強化に効果があることから多くの人に支持されています。初心者から上級者まで、自分のレベルに合わせて練習することができるため、年齢や性別を問わず幅広い層に受け入れられています。

理想のボディを掴め
ボクササイズで

■会場・申込み先:平野区画整理記念会館
■申込み方法:会館窓口・電話
TEL:06-6702-0513
大阪市東住吉区中野2-7-16

ホームページ LINE Instagram

