

## ☆ボクシングフィットネス教室☆

● 武道館 高崎市石原町3892番地7 Tel027-327-3977

	日 程	休講日	申込期間	参加料	定員	講師	内 容
第1期	5/12~7/28 金曜日・12回 午前〇-入 10:30~11:30	—	3/15~ 3/31	3,500円	50人	山田	パンチやキックといったボクシングの動作を音楽に合わせて行います。運動強度は少し高めですが、簡単な動作なので自分の体力に応じて楽しみながら汗をかけます。
第2期	9/1~11/24 金曜日・12回 午前〇-入 10:30~11:30	11/3	7/15~ 7/31	3,500円	50人		
第3期	12/15~3/15 金曜日・12回 午前〇-入 10:30~11:30	12/29 2/23	11/1~ 11/15	3,500円	50人		