

☆浜体ボクシングエクササイズ教室☆

● 浜川体育館 高崎市浜川町1487番地 Tel027-344-1551

	日 程	休講日	申込期間	参加料	定員	講師	内 容
第1期	1/11~3/14 木曜日・10回 夜間クラス 19:30~20:30	—	11/15~ 11/30	3,000円	150人	片岡	パンチやキックといったボクシングの動きと取り入れたエアロビクスを行い、脂肪燃焼と筋力アップを効率よく図ります。楽しく汗をかいてシェイプアップできます。