



キックボクシングの動きを取り入れた体幹運動エクササイズ！ゆっくり身体を動かすので、初めての方でもご参加可能です！

キックボクササイズ教室

2022年 10/13 ・ 20

10:30~11:30 木曜日 全2回

※コロナウイルス感染状況等によって、変更や休止を行う場合がありますので、ご了承ください。

場 所 伊勢原市体育館 小体育室

対 象 市内・市外の方問わず（高校生以上）
定員30名

参加費 1,000円（全2回）
初回時にお支払いください。
※欠席の場合、払い戻しはできません。

持ち物 ・動きやすい服装 ・室内シューズ
・タオル ・飲み物

申込方法 9/15（木）より
お電話または直接体育館管理事務所へ

利用方法

- ①当日、ロビーの受付までお越しください。初回は参加費をご用意ください。
- ②受付時に体温を測定させていただきます。また、感染症対策チェックリストの提出が必要です。チェックリストの記載事項に全てチェックいただけない場合は、参加できません。