

初心者 エアロ ボクシング教室

エアロビクスとボクシングを合わせた有酸素運動です。音楽に合わせてボクシング動作のパンチを出しながら運動して行きます。

初心者から経験者まで安心して参加頂ける内容となっています。

講師

千葉まどか氏

エアロボクシングインストラクター

日時

4月10日、4月17日、4月24日

5月8日、5月15日(月曜日)

時間

19時～20時

参加費

3,000円(傷害保険料込)

定員

12名

場所

弘前克雪トレーニングセンター
トレーニング室

問合せ

弘前克雪トレーニングセンター
TEL 27-3274

2023.

4.10

GONG

新型コロナウイルス感染症が拡大した場合は開催が中止になります。

弘前指定管理者
—— 公益財団法人
弘前市スポーツ協会
Hirosaki City Amateur Sports Association