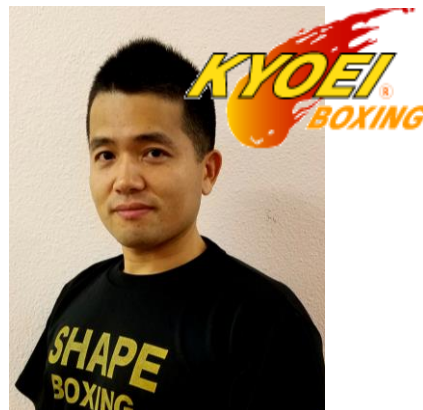


協栄シェイプボクシング+ミット打ち

「協栄ジム」オリジナルのボクササイズです。パンチ・ステップ・コンビネーションの基本動作から、対人を想定した応用動作を音楽に合わせて行います。シェイプアップ・ストレス解消にも効果的です。レッスン終了後にはミット打ちも行えます。



【協栄ジム認定インストラクター】

講師：高橋 光一郎

☆曜日時間 金曜日20:00~21:00【第5週目は休講】

☆入会金 6,600円

☆登録維持費 1,320円

☆カード発行料 1,100円

☆月会費 4,968円

☆手続方法

入会申込書に必要事項をご記入の上、入会金及び1ヶ月分の月会費、登録維持費、カード発行料、郵便局又は銀行の通帳とお届け印をご用意いただき、フロントまでお申込ください。(手続き日によっては2ヶ月分の月会費を現金でいただく場合もあります。)

*講座終了後、イーグルスポーツプラザ小山のお風呂・サウナ(講座終了時より90分間)がご利用できます。ジム、スタジオ、プールはご利用できません。

祝日はイーグルスポーツプラザ小山20:00閉館の為、ご利用できません。