

1day

全身運動で気分爽快!

キックボクシング

Kick Boxing GYM WITH 代表
稲留大輔



キックボクシングと言うと、キツイとか痛いとか難しそうと思われるかもしれませんが、実は運動未経験者や体を引き締めたいという方にオススメのスポーツです。少しフォームを覚えるための練習をして、ミット打ちをしていきます。レッスン後たくさんの汗をかきますが、ストレスが発散され爽やかな気分!

2022年

8/21 (日)

14:00~15:15
2,585円(税込)

【持ち物】動きやすい服装、
飲料水、タオル、軍手
(必要な方は除菌シート)
※グローブ貸し出しあり
裸足でおこないます

【講師プロフィール】 稲留大輔 (Inadome Daisuke)

愛知県清須市西枇杷島町出身。
キックボクシング選手として活動後トレーナーに。
プロ選手指導の傍ら、試合帯同も100試合以上あり。
現在は須ヶ口駅近くにて「Kick Boxing GYM WITH」を開業。
代表として活動中。
保有資格：PHI プラティスマット、プロップス、バレルなど

詳細は下記フリーダイヤルまでお問い合わせください。

※受講料には維持管理費が含まれています。 ※一部の講座の受講料には音楽著作権使用料が含まれています。
※講座により募集締切日が異なりますので、お問い合わせください。
※お申込みの人数によっては、開講中止となる場合もございます。予めご了承ください。

登録料
不要



名古屋・栄 中日文化センター

〒460-0008 名古屋市中区栄4-16-36 久屋中日ビル7F

☎ 0120-53-8164

10:00~19:00(日曜日は17:00まで)