

ジュンファン ジークンダー入門 基本用法



ブルース・リーが
創始した武道、

截拳道
ジークンダー

安全面に十分配慮したプログラムで、キックボクシングの基本動作も多く含み、運動不足やストレス解消、身体能力の向上も目指せます。自己鍛錬である截拳道は、世代を問わず心身のライフワークとしてお勧めです。初心者向けに分かりやすく奥義をお伝えします。



- 【講師】 ジュンファングンフーアソシエイト 牧田大策
インストラクター
- 【開講日】 第2・4日曜日 13:15~14:45
- 【受講料】 3ヵ月(6回)分 14,190円(税込)
- 【持ち物】 トレーニングウェア、室内シューズ、タオル、飲料水、ボクシンググローブ(初回はなくても可・教室にて案内有、必要であれば除菌シート)

30分間
見学できます!
7階窓口で
お声掛け
下さい!



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。
- ※内容・日程は変更になる場合がございます。ご了承ください。
- ※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がございます。予めご了承ください。



中日文化センターへ
初めてご入会される方は、
別途登録料550円(税込)が必要です。



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)