

エアロスリム キックボクシング

毎週水曜 19:30~20:30

▶音楽に合わせてパンチ&キック等を中心としたワークアウトプログラム。
楽しみながら、脂肪燃焼、シェイプアップ、ストレスの発散が期待できます。

料 金：1回 700円（税込）※おトクな回数券あります

参加定員：15名

参加対象：中学生以上（中学生は要保護者同伴）

受付方法：①事前予約（月予約は前月25日から・当日予約も可）

②予約なし先着順

（定員になり次第締め切り）

長野県立武道館 ☎ 0267-78-5370

