

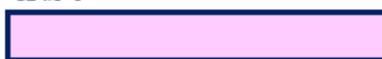
年齢、男女を問わず、1回でもご参加いただけます！

ボディコンバット

ボディコンバットには、キックボクシング、テコンドー、空手、ムエタイ、ボクシング、太極拳などの動作が取り入れられています。これらのエッセンスが、エネルギッシュな音楽に合わせて振り付けられていますから、動きは実にダイナミック。パンチやキックを繰り返しながら、メンタル、フィジカル両面の効果を存分にゲットしましょう。



強度



難易度



爽快感



柔軟性



水曜日

10月9日

10月16日

10月23日

参加費 550円

19:30~20:15

ご予約はお電話でも承ります! 0572-22-4111