



Kick Boxing Exercise

参加費無料

2025 5.31 SAT



厚木市保健福祉センター6階 ホール

市内在住・在勤・在学で講座参加時に20～64歳の方 各回先着**30人**

キックボクシングの要素を取り入れた、自宅でもできるトレーニングです💦
汗を流して心も身体もリフレッシュ😊

Part1

MEN 9:30～10:45

男性の部申し込みはこちら👉



Part2

WOMEN 11:15～12:30

女性の部申し込みはこちら👉



📌各部とも、講座予約システムからお申し込みください。【申込締切】**5月23日(金)**

Instructor

トータルキックフィットネススタジオ
Grab インストラクター



【問い合わせ】厚木市健康医療課 TEL (046) 225-2201