



お待ちしております！！



# 短期講座受講者募集

6月2日(日)9:00から受付開始！！

※電話・メールでのお申込みはできません。スポーツプラスおおはる事務局までお越しください。

## ボクシング 講座

ストレス発散や美肌作りを一緒に！

開催日 7月5日(金) 7月12日(金)  
時間 18:30~19:30  
参加費 会員 1,000円 非会員 1,200円  
場所 大治町スポーツセンターサブアリーナ  
定員 20名

内容 ボクシングの動きとエクササイズを組み合わせることで体を動かします。  
キックやパンチを繰り返すことで全身を鍛えることができます。  
初めての方、運動が苦手な方でもとても楽しめるレッスンです。  
また、気になるお腹周りや二の腕のたるみもスッキリ。汗もたくさん出るので美肌効果にもなります。老若男女問わずご参加いただけます。

講師 フィットネスインストラクター  
Noriko 氏



### 《申込み・問合せ先》

スポーツプラスおおはる 大治町スポーツセンター内

Tel 052-217-6211

受付時間 月・木 9:00~17:00 / 日・火・金 9:00~12:00 休日 水・土・祝日の翌日