

7月

募集!

カラテでエクササイズ

日本武道である空手をベースにしたエクササイズ!

突き、蹴りを基本に基礎体力、バランス力、体幹力向上!

空手の動きは無理なく全身を鍛える事が出来ます!

是非!チャレンジしてみて下さい!

◆開催日 (1) 7月 4日 (金) 10:00~11:30

(2) 7月 11日 (金) 10:00~11:30

(3) 7月 18日 (金) 10:00~11:30

(4) 7月 25日 (金) 10:00~11:30

(全4回)

◆開催時間 毎週金曜日 / 10:00~11:30

※詳細スケジュールはお電話にてご確認下さい

◆場所 吹田市立武道館 第二武道室



◆参加資格 中学生以下除く

◆定員 30名

◆受付期間 ~7月4日(金) [当日まで]

※受付時間 9:30~20:30

◆申込方法 ご来館もしくはお電話で

〒565-0825 吹田市山田北2-1

☎ 06-6877-6211

◆受講料 1,600円(税込)全4回

※お申し込み後、お客様のご都合によってキャンセルされた場合、返金対応は致しかねます。

◆持ち物 タオル、飲み物、動きやすい服装

〈裸足で行います!〉

◆主催 吹田市体育協会・ミズノグループ