



キックボクシングの
動きを取り入れた
体幹運動エクササイズ！
ゆっくり身体を動かす
ので、初めての方でも
ご参加可能です！

キックボクササイズ教室

2024年

11/7・14・21・28・12/5

10:30~11:30 毎週木曜日（全5回）

場 所

伊勢原市体育館 小体育室

注:空調設備がありませんので、ご自身の体調に不安がある場合は参加をお控えください。

対 象

市内・市外の方問わず（高校生以上） 定員30名

参 加 費

2,500円（全5回）

初回時にお支払いください。

※欠席の場合、払い戻しはできません。

持 ち 物

・動きやすい服装 ・室内シューズ ・タオル ・飲み物

申込方法

10/15（火）より お電話または直接体育館管理事務所へ

お問合せ： “元気な伊勢原づくり”共同事業体 伊勢原市総合運動公園 体育館 管理事務所

TEL 0463-92-3536 FAX 0463-92-3777

e-mail info@genkina-isehara.net



“元気な伊勢原づくり”共同事業体