



# ボディコンバット45

空手、ボクシング、テコンドーなど様々な格闘技の動きを取り入れたワークアウトは、難しい動きは一切なし。  
1回参加したらハマること間違いない！

## 実施日：

12月	4日	11日	18日		
1月		8日	15日	22日	
2月	5日	12日	19日		
3月	5日	12日	19日		

※日程はあくまでも予定です。変更や休講となる場合もあります。

- ・時 間：11：15～12：00
- ・場 所：サンチェリー 大会議室
- ・対 象：一般（18歳～）
- ・定 員：20名程度
- ・参加費：1回 600円（税込）
- ・持ち物：室内シューズ・タオル・飲み物
- ・講 師：丸山 智則先生
- ・受 付：教室開催日当日にサンチェリー総合受付にて参加料をお支払い下さい。  
また、参加の初回は申し込み用紙の記入をお願い致します。  
※教室参加カードは担当講師へお渡しください。

●お問い合わせ● グローバルリゾート総合スポーツセンター・サンチェリー総合受付



0829-31-5980



<https://suncherry.hatsukaichi-sports.net/>