



レディース ボクシング

☆こんな方にオススメ☆

- ☑ 楽しく体を動かしたい
- ☑ しっかり汗をかきたい
- ☑ ストレス発散したい
- ☑ ダイエットしたい
- ☑ シェイプアップしたい

内容 準備体操
ちょっとしたトレーニング
ミット打ち など

顔等に打ち合うことはありません。
参加者は初心者さんばかりですので
お気軽にご参加ください★
楽しくリフレッシュしましょう!!



脂肪燃焼 ストレス発散

会 場：BLACKPearl studio
(山口市黒川 3736 フジグラン山口 生活館内)
日 時：基本第 2・第 4 金曜日 18:30~20:00
※6月24日(金)から開始
参加料：会員 500 円/回 非会員 800 円/回
(当日徴収 現金のみ)

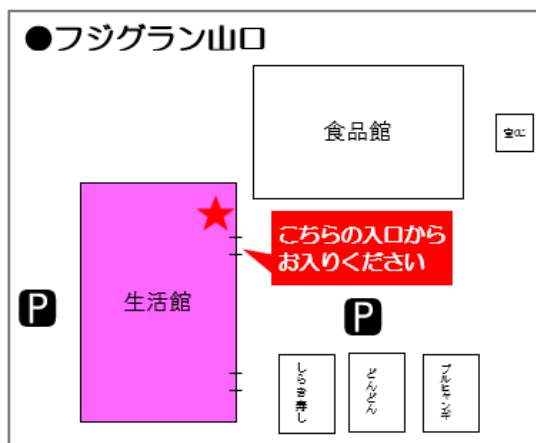
対 象：レディース
人 数：20 名程度

申込方法：右の QR コードを読み取り、申込フォームからお申込ください。

その他：会員になる場合は、年会費 4,400 円 (保険料込) が必要となります。

運動のできる服装で、室内シューズ、水分等は各自ご用意ください。

見学 OK! お気軽にお越しください。



申込フォーム



問い合わせ NPO 法人レノファ山口スポーツクラブ

〒753-0212 山口市下小鯖 1346-3

Tel:083-941-5416 (担当 高橋)

Mail:takahashi@renofa-sportsclub.com

HP:https://renofa-sportsclub.com/

クラブホームページ



レノファ山口スポーツクラブは
総合型地域スポーツクラブを
目指しています!!



総合型地域スポーツクラブについては ↓

総合型地域スポーツクラブ

- ◆スポーツ推進に係る県民運動スローガン
「スポーツで創ろう みんなの元気 山口県」
- ◆山口県総合型地域スポーツクラブキャッチコピー
「みんなでつくる! 気軽に楽しむ! 総合型地域スポーツクラブ」