



【男性限定】

ボクシング 体験 教室

～大人の部活動～

- 【日時】 ①12/9 ②12/23 ③1/13 ④1/27 ※全4回の連続教室です
全4回いずれも全曜日19:00～20:30
- 【場所】 多世代交流施設「まなびあむ」(構内150-11)
- 【対象】 18歳以上の男性 【定員】 5名
- 【参加費】 1回あたり750円(グローブレンタル費含)
- 【持ち物】 水分・タオル等・運動できる靴(上靴)
- 【メニュー】 ステップ練習 縄跳び
シャドーボクシング ミット打ち など・・・



【講師】

金海 栄健 氏

- ・元アマチュアボクサーで、ボクシングトレーナー
- ・舞鶴市テネレージジムにて、楽しくかっこ良くをモットーに、気軽にできる本格ボクシングスクールを開講中！

Instagramを
Check!



～申込はこちら～

申込専用フォーム

申込期限:11月30日(水)

※応募者多数の場合は抽選とし、
全4回すべてに参加できる方を優先します

【主催】

舞鶴市多世代交流施設
「まなびあむ」

TEL : 0773-64-4060

FAX : 0773-64-4064

