

楽しく！
カラダを
動かしたい方！

持久力を
つけたい方！

ボクシング エクササイズ

毎週月曜13:30～

カラダを
絞りたい方！

ストレス発散
したい方！

プログラム終了後の爽快感！

味わってみませんか？



30分間は格闘技スタイルの
ボクシングエクササイズ！
残り15分間は
筋トレメニューとなります！
しっかり体カづくりを
したい方向け☆

＜講師紹介＞

入江 潤 インストラクター

＜経歴＞

平成元年度西日本新人王1位
元スーパーライト級2位

＜現在＞

兵庫県ボクシング連盟理事



一緒に汗流しましたよ！

＜実施日時＞毎週月曜日 ※祝日除く

13:30～14:15 (45分間)

＜場所＞とらふす道場スタジオ

- スタジオ教室には定員があります。
- 利用料金、詳細につきましてはホームページまたはお電話にて、お気軽にお問合せください。

【お問合せ】079-674-0075