

イベントレッスン開催決定！！

初めてでも安心
格闘技系プログラムで
ストレスを発散！！



運動初心者也大歓迎！楽しく汗をかこう！！

Group Fight 45

パンチやキックなどの動作を、音楽にのせて、シンプルに楽しく動いていきます。
脂肪燃焼やボディメイク効果も期待できます。毎日のストレスを発散しよう！！

場所

栗山公園健康運動センター
2階 グリーンフィットネスルーム

持物

運動のできる服装 / 室内シューズ/タオル
飲み物

日程

9月4日 [木] ・ 18日 [木] 19:45～20:30

※お申込みは先着順となります。空きがあれば当日参加も可能です。

【対象】 高校生以上の方 【定員】 先着20名様

担当者

野村不動産ライフ&スポーツ(株) / 薄田 豊

レッスンが初めての方も、安心してご参加ください。シンプルにわかりやすくレッスンを行います。一緒に楽しみましょう！！



受付開始：2025年7月26日（土）9：00～

お申し込みは1階総合受付もしくは下記の電話番号からお気軽にご連絡ください。

参加費 ￥990(税込)/当日支払い