

小中学生
親子利用
大募集中

セーフティー ボクシング講座

講師

日本スポーツ協会公認指導者 ボクシングコーチ
徳島県ボクシング連盟 所属コーチ

開講日

10月10日、10月24日 11月14日、11月28日 12月12日、12月19日

※全て金曜日

時間

①小中学生コース18:20～19:20 **NEW!!**

※①は親子で参加できます

②高校生、一般、女性、シニアコース 19:30～20:30

※②は小中学生も参加できます

受講料

全6回コース (一括料金)

【小・中学生	4,300円】
【女性・シニア	8,500円】
【高校生・一般	9,700円】

1回コース (1回料金)

【小・中学生	900円】
【女性・シニア	1,600円】
【高校生・一般	1,800円】

体験コース (初回限定)

【小・中学生	600円】
【上記以外	1,100円】



持ち物：運動服、室内用運動靴、タオル、なわとび
軍手かバンテージ、水分補給ドリンク

夜
講座

初心者
OK

スポーツ

ここがポイント!!!!

誰にでも安全で楽しくできる生涯スポーツとしてのボクシング
全ての運動動作を兼ね備えたボクシングを手軽に楽しむための講座です！

小中学生へのおススメ

- 運動の得意不得意に関係なく、それぞれの能力に合わせたプログラム
- 運動不足解消、基礎体力アップ、ストレス解消、マインド強化、護身術など様々な目的に対応できる内容になってます。親子での参加も大募集中!!