



キックボクシング



綺麗にダイエット！！

新プログラム

毎週月曜日

20:30~

『キックボクシング』が

場所: 3F空手道場にて

＜効果＞

- ・シェイプアップ
- ・運動不足解消
- ・ストレス解消



気になる二の腕・太もも・背中・ウェスト
効果的に引き締めたい方
ぜひ、この機会に試してみる価値ありますよ！！

基礎体力を向上させて綺麗な筋肉を作り、