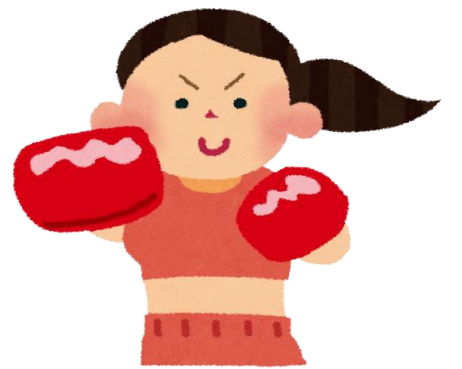


SUNDAY バーチャルボクシング® ベーシック30

☐ **日時：2026年1月18日・2月8日・3月8日(日)**
全日程9:15～9:45

☐ **場所：小豆沢体育館 管理棟2F スタジオ**



☐ **担当：石丸インストラクター**

☐ **定員：15名(全日程同じ定員です。)**

- ・トレーニングルーム施設使用料で参加可。
- ・整理券制。
- ・開館と同時にバーチャルボクシング®の整理券を配布開始。
【シェイプⅠは開始30分前の9:30から配布開始。】
- ・9:05から整理券番号順に入場。

※定員が超過の場合、抽選の場合がございます。
9:00の時点で抽選可否を判断いたします。

☐ **持ち物：動きやすい服装・室内用シューズ・飲み物・タオル**

初心者の方にも参加しやすい30分間のクラスです！
慣れた方もしっかり汗をかける
クラスですので皆様のご参加をおまちしております！

