

みらいぶ de 学ぶ
～スペシャル企画～

気軽に
ボクシングを
体験するニャン



Kids ボクシング教室

- ◎ 日時：12月9日(日) 10:00～12:00
- ◎ 場所：1階／イベント広場
- ◎ 講師：白川亮氏(トヤマジムトレーナー)
- ◎ 参加料：500円《保険料込み》
- ◎ 対象：小学生～中学生まで
- ◎ 持参する物：運動できる服装、シューズ
タオル・着替え・飲み物

メニュー

- ① ストレッチ
- ② ロープ(なわとび)
- ③ 基本の構え～足、腕の動き
- ④ ミット打ち(グローブをつけてミット打ちします)
- ⑤ ストレッチ

- 注意**
- ▶ トレーニング中に体調が悪くなったら、無理をせずトレーナーにお知らせください。
 - ▶ 保護者の承諾が必要です。

❖ 参加ご希望の方は下記申込み用紙と受講料をご持参の上、2階／管理事務室窓口までお申込みください。(受付時間／9:00～17:00)

【お問合せ／お申込み】元気交流ステーション 2階／管理事務室 (☎076-463-0001)



VS



きりとり線 ✂

キッズボクシング教室 受講申込用紙

| | | | |
|-----------------------------|--|------|--|
| 氏名 <small>(ふりがな)</small> | | | |
| 住所 | | | |
| 学校名 | | 学年 | |
| 電話番号 | | 生年月日 | |