

「ご機嫌」のためのボクシング

Zoom



2022年9月～12月

ボクシングを通して、自分の心を 自分で整えましょう

開催日時

9/28 10/26 11/30

19:00 ~ 20:00

- * 今期の講師は藤田となります。
- * 受講料 1 回毎 ¥1,000
- * 学生無料(学生証要提示)。
- * 初心者歓迎。
- * 会場と Zoom 同時開催。
- * Zoom 参加の方は録画したもののご視聴ができます。
- * 動きやすい服装でご受講下さい。
- * 会場参加の方向けに更衣室が有ります。
- * 会場参加の方のみ 20 時以降にミット打ちができます。
- * Zoom 参加のお申込みはウェブページから。
- * Zoom 配信に映るのは、講師のみとなり、会場参加の方は映りません。
- * 前期と違い、今期はペアやグループでの運動は無く、個々人が講師の指示に合わせて運動する形となります。



WEB から申込み



講師
藤田 啓寛
GOKIGEN ボクシング
ジム トレーナー

講師(前期)
清水 康俊
GOKIGEN ボクシング
ジム 会長



「ボクシング」と聞くとハードルが高く感じるかもしれませんが、不定期にデイサービスにて80歳以上の方にもボクシングを楽しんで頂いていますので、どなたでも安心してご参加ください。

公益財団法人 真生会館
〒160-0016 東京都新宿区信濃町 33-4
TEL: 03-3351-7121
FAX: 03-3358-9700
EMAIL: class@catholic-shinseikaikan.or.jp
WEB: <https://www.catholic-shinseikaikan.or.jp>

「ご機嫌」のためのボクシング 会場受講申込書

ふりがな:

お名前:

電話番号:

メールアドレス:

参加ご希望の日にちに✓をお入れください。

9月28日

10月26日

11月30日