

海老名運動公園に上陸！最強の格闘技プログラム

R.77

LES MILLS BODYCOMBAT

格闘技の動きや形をベースに、最新の音楽に合わせて行うファイティングスタイルエクササイズの決定版！思いっきり全身運動！ストレス発散！600～800kcalを消費するワークアウト！

FIGHT AS ONE

日時

毎週火曜日 19:30～20:30

場所

体育館3階 剣道場

担当

美濃 洋子

参加費

一般600円（市内65歳300円）



海老名運動公園屋内プール TEL:046-235-7203