

KARATEX

空手を知らなくても
大丈夫です！
楽しくエクササイズ
しましょう！

レッスン日

12月16日(木)

14:00~14:30

抽選券配布時間

13:40~

インストラクター 坂本

KARATEXとは...

空手の基本動作やフットワークを音楽
に合わせてながら、楽しく体を引き締め
ていくエクササイズです！