



♪ ゆるゆる～♪

お気軽～な♡講座♪

# キックボクシング

## 12/24

18:00～19:00



これなら出来る！  
ゆるゆる  
ボクシング♡



**女性限定**  
定員 14名

♪ 現在 70代の方も活躍中！

30歳以上、年齢の上限はありません。

場所 **柔剣道室**

受講料 **1,000円** (おひとり)

持ち物

- 運動ができる服装
- 軍手
- タオル
- 補給用水分

<申込方法>

窓口または、お電話にて 先着順で  
受け付け致します。

(公財)神戸市民文化振興財団  
北須磨文化センター 第1・3・5月曜日休館  
〒654-0154 神戸市須磨区中落合 3-1-2

TEL : 078-791-0840

グローブ等はお貸出しします♪