



OK!

世界60カ国以上で実施されている
格闘技エクササイズ
この興奮は、他では味わえない!
体力向上に!ストレス発散に!

ご好評につき..

2020年1月~
新規開講決定!!

Group Fight (グループファイト)



総合格闘技をはじめ、ボクシング、ムエタイ等、さまざまな格闘技の動きをエキサイティングでハイクオリティな音楽に合わせて楽しむことができます!

脂肪燃焼はもちろん、ストレス発散、体力を向上させたい方にもオススメのプログラムです!



【日時】 毎週土曜日11:00~12:00 ※祝日を除く

【定員】 20名 【料金】 8,800円 (全10回)

定員に空きがございます。当日券1,010円にてご参加いただけます。

強度：★★★★☆ 難度：★★☆☆☆

最高の音楽に合わせて、カラダを動かしましょう!
続けることで、脂肪燃焼や体力向上効果が実感できます。
皆様に楽しく続けていただけるよう、全力で盛り上げます!



【担当】 荒井 勝規