

FIGHTING TRAINING

スケジュール

日時 1月 8日（日） 8:00～9:00

15日（日） 休み

22日（日） 8:00～9:00

29日（日） 8:00～9:00

【トレーニング内容】

ウォーミングアップ
ステップ、反応トレーニング
基本的な打撃、蹴り動作
ミット打ち

ミット打ちを組み込んだサーキットトレーニング

*トレーニング内容はお客様に合わせて変更する場合があります。

【料金】 ¥2,500
(PEP Osaka会員様 ¥2000)

【持ち物】 動ける服装
室内シューズ
パンチンググローブ(お持ちの方)

【お問い合わせ】



☎ 072-423-8460

✉ peposaka@gmail.com

住所 大阪府岸和田市別所町3-3-10

営業時間 月～水・金 9:00～21:00
木 14:00～21:00
土・日 9:00～19:00

HP.[Facebook](#).[Instagram](#)も是非ご覧ください！！