

FIGHTING TRAINING

スケジュール

日時	1月	5日 (日)	8:00~9:00
		12日 (日)	8:00~9:00
		19日 (日)	8:00~9:00
		26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.Instagramも是非ご覧ください！！