

FIGHTING TRAINING

スケジュール

日時 10月 5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

【持ち物】 動ける服装

(PEP Osaka会員様¥2000)

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】



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

☎ 072-423-8460

木 14:00~21:00

✉ peposaka@gmail.com

土・日 9:00~19:00

HP.[Instagram](#)も是非ご覧ください！！