

FIGHTING TRAINING

スケジュール

日時 1月 11日（日） 8:00～9:00

18日（日） 8:00～9:00

25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もあります。

【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！！