

FIGHTING TRAINING

スケジュール

日時 2月 1日 (日) 8:00~9:00

8日 (日) 8:00~9:00

22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】



PEPOSAKA
Performance Enhancement Project

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！！