

無料体験クラス

テコンドーの楽しさを体験してみませんか？

第4回開催！

11月30日

テコンドー
跆拳道

子どもも 大人も 女性も 初心者も大歓迎！



日時	11月30日(日)PM 6:00 スタート
持ち物	水分補給の飲み物 汗拭きタオル
服装	動きやすい服装
練習場所	本宿体育館 ※ 10分前までにお越し下さい

誰でも気軽にテコンドーに親しんでいただく事を目的に第4回 無料体験クラスを開催します。初めての方にも無理のないプログラムで、テコンドーの楽しさを体験していただけたらと思います。



ご家族やお友達同士でお誘いあわせの上ご来場お待ちしております！
身体を動かしてストレスも吹き飛ばしましょう！

テコンドーとは、最大の魅力は 華麗な けり技です。また誰にでも学びやすいのも魅力の一つです。

ストレッチを繰り返すことによりインナーマッスルを鍛える事が出来、健康増進、ストレス解消などの効果もあります。
継続して練習することによって身体だけではなく 心も健康に！

お問い合わせは

ITF-JAPAN
本宿テコンドークラブ
~ Since 1998 ~



042-365-9918

磯村