

長野原町スポーツ月間 (Group Fight)

開催
期間

2024
10.2 水



2024
11.27 水

会場

若人の館

※詳しい内容は裏面をご覧ください！



Group Fightは、主にボクシング、キックボクシング、ムエタイ、カラテ、総合格闘技の要素を取り入れた格闘技系プログラムです。

リングの中の戦いと、リング外で行うワークアウトを通し、リアルな体験をお届けします。

有酸素運動をメインに、体幹、バランス能力も向上でき、エネルギー溢る音楽と動きに合わせたサウンドエフェクトでストレス発散が期待できます！

シンプルな動作の繰り返しが多いため、慣れていない方でも楽しく参加し、継続することができます！



実施日程

10月

11月

10月2日(水)
19:00~19:45

11月6日(水)
19:00~19:45

10月9日(水)
19:00~19:45

11月13日(水)
19:00~19:45

10月16日(水)
19:00~19:45

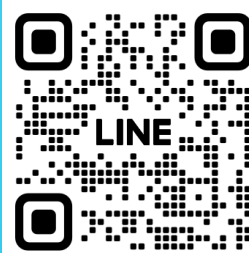
11月20日(水)
19:00~19:45

10月23日(水)
19:00~19:45

11月27日(水)
19:00~19:45

10月30日(水)
19:00~19:45

- 【参加対象者】** 長野原町・嬭恋村にお住まいの方、またはお勤めの方
- 【実施クラス】** Group Fight
- 【定員】** 60名(内長野原町30名、嬭恋村30名)
- 【参加費】** 1回 500円
- 【支払方法】** 教育委員会窓口にてチケットと納入通知書をお渡ししますので、出納室でお支払いください。
- 【実施会場】** 長野原町総合運動場 若人の館
群馬県吾妻郡長野原町大字与喜屋282
- 【申込方法】** 下記QRコードを読み取り社会教育係公式LINEからお申し込み下さい
「Group Fight希望」・「名前」
「利用したい日にち」を記入
- 【問い合わせ】** 長野原町教育委員会
電話：0279-82-4517



インストラクター 大八木 孝宣

スポーツクラブ「ルネサンス」で
トレーナー/インストラクターとして20年活動。
2023ベストボディジャパン長野大会グランプリ受賞
現在はお隣の嬭恋村で地域活性化起業人として活動中

