

キック・シェイプ／開催要項

音楽とキックボクシングの動きを融合させ、効率的にトレーニングのできるキックボクシングフィットネス！！

音楽にのって思いっきり体を動かします。

楽しく、効率良く、リフレッシュしながら脂肪燃焼しましょう！

もちろん、キックボクシング経験の有無、男女問わず、どんな方でもすぐにお楽しみ頂けます。

キックボクシングエクササイズで今まで味わった事のないハイな気分と本格的なエクササイズで理想のボディメイクを体験して下さい！！

1. 開催日 令和7年10月13日(月) スポーツの日

①9:00～9:50 ②10:00～10:50

※各回15分前からプール棟2階スタジオ前で受付を行います。

開始時間に遅れないよう時間に余裕を持ってお越しください。(時間厳守)

2. 開催場所 新田東総合運動場内 プール棟スタジオ

3. 対象 ①どなたでも(全年齢) ②中学生以上
定員各回15名

4. 講師 スタートゲート24ジム

5. 参加料 無料

6. 申込方法 **事前申込制**：専用予約ページ、宮城野体育館窓口、電話にて受付

申込開始日 令和7年9月7日(日) 10:00～ (先着順)

定員になり次第、受付を終了させていただきます。

専用予約ページ



7. 持ち物 動きやすい服装・室内用運動靴(サンダル不可)・タオル・飲み物

8. お問い合わせ 仙台市新田東総合運動場(宮城野体育館)

住所：仙台市宮城野区新田東4-1-1

電話番号 022-231-1221