

カラダとココロを鍛えるマーシャルアーツCLASS

【講師】

奥西



マーシャルアーツとは？

マーシャルアーツとは、武芸・武術という意味。

「武 (martial)」 「芸 (arts)」 のことを指す。

レスリング・ボクシングといった西洋文化に根を持つ術技体系以外の格闘技、つまり東洋の武術全般を指す言葉として用いられる。

奥西さんより

このクラスで行うマーシャルアーツクラスは、華麗でダイナミックな武術の動きを学ぶことにより、フィジカル面の強化・集中力向上・ストレス発散・安定した精神力を鍛えることもできます。FIGHTDOに日頃慣れ親しんでいる方・格闘技、武術に興味関心のある方、ぜひ、お気軽にお申込ください！

【場所】 グンゼスポーツ岡山妹尾 Bスタジオ

【定員】 10名 (最少遂行 4名)

【日程】 2024年1月28日(日) 10:30-11:30

2024年1月30日(火) 12:45-13:45

【料金】 1,100円 (税込) /回 一般 1,650円 (税込) /回

【受付】 2023年12月17日(日) ~ ※電話受付可