

親子スケートボード

BODYCOMBAT

ピックルボール

ゴールデンウィーク

GWイベント

BODYBALANCE

親子スケートボード

スケートボードに初めて乗るお子様から保護者様までご参加頂けるイベントとなっております。
インストラクターが丁寧に指導致します！この機会に是非ご参加ください！



料金 (税込)
1,300 円

BODYCOMBAT

ボディコンバットとは、空手やボクシング、テコンドーなどの格闘技の動きを取り入れた全身トレーニングです。心肺機能の向上や筋力アップ、脂肪燃焼効果が期待できます。



料金 (税込)
960 円

ピックルボール

ピックルボールは、テニスやバドミントン、卓球の要素を組み合わせたラケットスポーツです。プラスチック製の穴の開いたボールを、パドルと呼ばれるラケットで打ち合います。



料金 (税込)
960 円

BODYBALANCE

心と身体、そして生活そのものの質を向上させるエクササイズ。ヨガをベースにしながら太極拳やピラティスの要素を取り入れ、柔軟性を高めつつ体幹を強化します。



料金 (税込)
960 円

※レッスンの詳細・申込方法は裏面へ

新宿スポーツセンター

📞 **03-3232-0171**

【住所】 新宿区大久保 3 - 5 - 1

【営業時間】

9:00~22:00

【休館日】

第四月曜日

※休日にあたる場合は翌平日

施設QR

