

# サンボ

サンボって何？

サンボとはロシア発祥の格闘技であり、打撃技はなく、組み技を中心にポイントを獲り合う競技です。イメージとしては、レスリングや柔道に似ているとお考え下さい。

## 開催日時

毎週日曜日：18:00～18:45 無料クラス

毎週日曜日：18:45～19:30 有料クラス



担当講師  
榑原

スクールオプション：月/¥4,200

スクール会員：月/¥6,300

※休館日がクラス日にあたった場合は休講となります

はじめての方大歓迎！ぜひ一度  
無料クラスにお越し下さい！

