

「プレキッズ種目体験」ボクシング レポート

○令和4年10月22日(土)

○県立高崎工業高等学校 ボクシング場

○9:00~10:30

○参加者8名

○指導者：中村司(県ボクシング連盟、元県立高崎工業高等学校諭 ボクシング部顧問)

活動の様子



準備運動



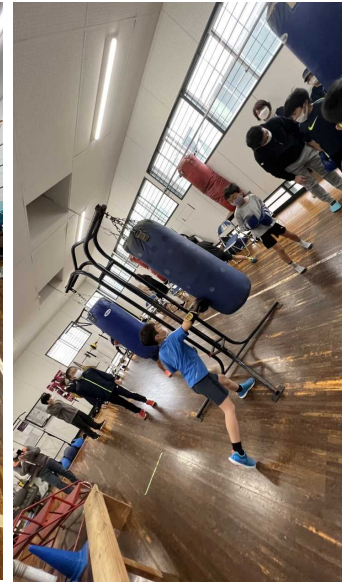
基本ポーズ(フットワーク)の練習



基本ポーズ(フットワーク)の練習



鏡を見ながら



サンドバッグ打ち



サンドバッグ打ち



ミット打ち



ミット打ち