



Saturday ZUMBA®



♪情熱的なラテンリズムで心も体もリフレッシュ!
 軽やかなステップで楽しく体を動かしながら、
 日頃の運動不足もスッキリ解消♪
 音楽に合わせて踊るだけで、自然と笑顔になれる
 魔法の時間です😊
 経験豊富な講師が基本から優しく指導するので、
 ダンス初心者の方も安心してご参加いただけます♪
 一緒に汗を流して心も体も軽やかになりましょう!

時間 : 19:15-20:15
 持ち物 : 室内用シューズ、動きやすい服装、
 水分、タオル
 対象 : 中学生以上
 定員 : 15名
 受講料 : 1,000円

実施日	申込開始日
4月25日(土)	4月1日(水)
5月23日(土)	5月1日(金)
6月20日(土)	6月1日(月)

お電話でのお申し込みも可能です!!
 緑ヶ丘体育館(☎072-770-4401)までお願いします。