

ズンバ zumba



実 施 日 時			定 員	
平成30年	3月	5日(月)	12:00~12:45 (45分)	15人
平成30年	3月	12日(月)		
平成30年	3月	19日(月)		
平成30年	3月	26日(月)		

<対 象> 15歳以上の男女

<参 加 費> 2,000円(全4回)

<申 込 方 法> 2月19日(月)9:30から先着順で受付いたします。申込用紙を事務所に提出してください。同日午前10:00から電話でのお申し込みも受付いたします。

<注 意 事 項> 動きやすい服装、運動靴でご参加お願いいたします。
欠員があれば開催当日まで受付いたします。受講料納入後の返金はいたしかねます。
お子様をギャラリーに待たせて教室に参加することはできません。体調が悪い場合は無理をしないようにしてください。施設内での怪我は応急手当のみとさせていただきます。

<内 容> 主にラテン音楽を中心に行うダンスエクササイズです。ストレス発散や脂肪燃焼効果が期待できます。軽快なリズムに乗って様々なダンスステップで体を動かしましょう!

<お 問 合 せ> 公益財団法人豊中市スポーツ振興事業団・公益財団法人フィットネス21事業団共同事業体
豊中市東豊中町5-37-1 TEL.6848-8781