

『 短期講座 』のご案内



～にぎやかな音楽でお祭りフィットネス♪～

世界中の音楽を扱う南米コロンビア発祥のダンスフィットネスです。
180カ国以上にファンがいる大人気プログラム！
初めての方もマイペースで大丈夫。音楽を楽しみながらリフレッシュ！
気づけば誰もが笑顔にエネルギーに！？

講師 ZUMBA® B2・AFAA PC プライマリフィットネスインストラクター



日程 4月6日～6月29日 毎週土曜日 全12回

※5/4 講座休み

19:00～19:50 (50分)

※受付時間 講座開始20分前

参加費 全コース . . . 9,600円

定員 20名



対象者 ◆医師から運動制限をされていない16歳以上の方

準備物 トレーニングウェア・室内運動靴・水分補給用飲み物・タオルなど

注意事項

- 短期講座をお休みした場合の振替・払い戻しはできません。
- 運動中のマスク着用は任意となりますが、会話をする場合また、風邪気味などの方はマスク着用にご協力ください。
- 更衣室内の混雑が予想されますので、手荷物の少ない方はスタジオ棚をご利用頂きますようご理解、ご協力を宜しくお願い致します。
- 諸般の事情により休講する場合は、当館より予め連絡させていただきます。ご了承ください。

申込・問い合わせ先

ふれあい健康館健康判定・屋内運動室

電話 088-657-0187

参加申込書

参加講座名	 (4-6月)	
ふり 名 前		性別 男・女
住所		
連絡先	自宅	年齢
	携帯	歳

領収金額	領収日	受付者
9,600円		

