

初心者歓迎

真夏のズンバ

ZUMBAダンス♪

講師：坂本 恵里菜 先生



日時：8月13日(日) 11:00~12:00

場所：島田市総合スポーツセンターローズアリーナ 2階武道場

定員：30名

持物：室内シューズ、タオル、飲み物

参加費：無料

申込日：7月12日(水)から

電子申請にて受付開始→



《レッスン紹介》

テンポのよい音楽にあわせて運動しませんか？

自由にたのしく踊ってストレス解消しましょう！

運動初心者・ズンバ初体験の方も楽しめる内容です！

☆動きやすい服装でおこしてください☆

島田市健康づくり課プレゼンツ (株)スポーツプラザ報徳共同開催