

流行りのズンバを体験しませんか

ズンバ

はじめての ZUMBA

インストラクターの動きを真似して全身運動♪



ズンバは、ラテン音楽にあわせて楽しく体を動かすダンスフィットネス。
簡単な振り付けですので、ダンス未経験者、シニアの方にもおすすめです。

3月12・26日(木)

13:00~14:00

参加費	1回500円(2回1,000円)
定員	10人(先着順)
持ち物	動きやすい服装、飲み物
申込み	2/19(木) 9時より電話・来館にて



講師 Akane 先生

SAKAESTA(本郷地区センター)のズンバストレッチでも人気の先生です。

※申込時にいただいた個人情報は、講座連絡時にのみ利用します。



申込み・問合せ 豊田地区センター

横浜市栄区飯島町 1368-1 ☎045-895-1390

