

ストレス  
解消

ダイエット  
効果

カロリー  
消費

有酸素  
運動

筋力  
アップ

初心者  
大歓迎



# ZUMBA®

初回無料体験  
受付中

ZUMBA は、ダンスが得意でない人も、グループエクササイズ初心者も、気軽に入ることのできる教室です。

楽しく踊って、しっかり運動ができちやう夢のようなエクササイズ！！

## 三国教室

日 時：毎週木曜日  
19：30～20：20  
場 所：三国体育館  
第2トレーニング室  
講 師：野田美雪  
問合せ：三国体育館 82-4686

## 春江教室

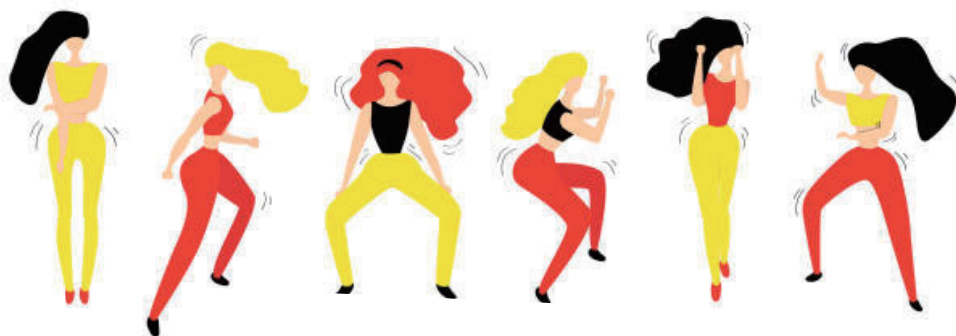
日 時：毎週金曜日  
19：30～20：30  
場 所：春江B&G海洋センター  
第2競技場  
講 師：稲葉真由美  
問合せ：春江体育館 51-4242

## 坂井教室

日 時：毎週金曜日  
10：00～11：00  
場 所：坂井体育館  
講 師：YOSHI  
問合せ：坂井体育館 68-0123

## 丸岡教室

日 時：毎週土曜日  
9：00～10：00  
場 所：丸岡体育館・スタジオ  
講 師：林田弥生  
問合せ：丸岡体育館 66-8920



～ 各地区共通 ～

対象 一般

料金 チケット制  
(4枚/2,000円)  
(10枚/5,000円)

※祝日休講

【主催】  公益財団法人坂井市スポーツ協会

スポーツくじ  
  