




ZUMBA®

ZUMBA® (ズンバ)とは、ラテン音楽をベースに世界中の音楽を取り入れたダンスフィットネスです。楽しむことに重点が置かれているので、レッスン参加者は苦手な動きに対しては無理をせず、自分の動ける範囲で行えますので、初心者の方や高齢者の方でも気軽に始めることができます。音楽を感じながら楽しく身体を動かすプログラムとなっております♪

三国教室

坂井教室

日時

4月15日～7月15日
毎週木曜日
19:30～20:20
【全12回】

日時

4月16日～7月9日
毎週金曜日
10:00～10:50
【全12回】

会場

三国体育館

会場

坂井体育館

講師

野田 美雪



講師

yoshi



対象

一般

料金

6,000円 (初回集金)

楽しく踊っているだけだと思っていたら、しっかり運動もできていた…という、

お問い合わせ・申込先

公益財団法人坂井市スポーツ協会
〒919-0521
坂井市坂井町下新庄 19-7-1
TEL.0776-68-0123

坂井市スポーツ協会



夢のような

エクササイズです