

踊りと音楽を楽しめたモン勝ち！  
Let's Enjoy ZUMBA!

計 8 回

# ZUMBA短期教室

ZUMBA は「SALSA」や「HIP-HOP」や「レゲトン」など  
様々なジャンルの曲を踊り楽しく脂肪燃焼させてくれる  
最高のフィットネスプログラムです！

ZUMBA はコロンビア語で『お祭り騒ぎ』という意味があります。  
簡単なダンスでみんなと一緒に日常を忘れ、ストレス発散しながら楽しく踊りましょう！



日時

19:00~20:00

10月23日(金)

11月06日(金)

12月04日(金)

30日(金)

13日(金)

11日(金)

20日(金)

27日(金)

主催: 熊本県スポーツ振興事業団・ミズノグループ  
会場: 熊本県立総合体育館 元気体力測定室  
講師: 宮崎 舞(ZUMBA、FDEC) 熊本県立総合体育館  
対象者: ZUMBA 経験者また ZUMBA をこれから始めたい方(18 歳以上)  
定員: 16 名限定(先着順)

準備物: 動きやすい服装、室内履き、タオル、飲み物、マスク

参加料: 4,000 円(教室初日に徴収します)※欠席などによる返金は致しませんのでご了承ください。

申込方法: 申込書にご記入の上、10月19日(月)までにお申し込みください。電話、Fax でも受け付けます。

(FAX の場合は、受信確認の TEL をお願いします。)

☎連絡先 熊本県立総合体育館 Tel 096-356-1233 Fax 096-356-1262

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況で中止する場合があります。