

講座: はじめてのZUMBA 募集定員 30名

★講座のポイント★

時間: 14:00-15:00
場所: 格技室B



しばらく休講していましたが、元気印！完全復活です！
ダンス系の運動（エクササイズ）、初心者でも大丈夫！
インストラクターの踊る姿を見ながらダンスを踊ります。
曲ごとにダンスの種類が変わるのが特徴です。
西宮では数少ない本格的なZUMBA エクササイズです

開講日程（木）

受講料: 6,000円

(1期/10回)

年間4期 40回コースになります

- * 詳細はスケジュールで確認
- * 随時、無料見学・体験OK
- * 1回受講1,000円も有り

世界の様々なジャンルの音楽に合わせて踊る
ダンス系のレッスンです。
初心者の方や年齢問わず楽しめるパーティーの
様なプログラム♪ シンプルな動きを真似して一緒に
楽しく踊りましょう！

ダンスが初めての方にもオススメです



講師 : 日根 美和



(指定管理者) ひょうごスポーツライフグループ

