

申込締切は
4/28
木まで

Wow!

ZUMBA® (ズンバ)は、ラテン系の音楽とダンスを融合させて創作されたダンスフィットネスエクササイズで、その特徴は、速いリズムと遅いリズムの曲が組み合わせられたダイナミックでエキサイティングなインターバルトレーニングです。

COOL!

時間 18:30~19:30

講師 泉 祐美子先生
JWI公式認定ZUMBA®
インストラクター

会場 能代市総合体育館 格技場

対象 一般女性 定員25名

参加料 4,000円(保険料含む)

持ち物 動きやすい服装、タオル、
内ズック、飲み物

SMILE!

5/11・18・
6/1・8・22・
7/6・13・8/3
いずれも(水)
(全8回)

ZUMBA

- 電話でも受け付けますが、申込締切日までに参加料を納入して下さい。
- 定員に空きがある場合、途中参加可能です(参加料の減額は致しません)
- 教室開催中写真を撮らせていただきます。写真はホームページや広報に掲載させていただく場合があります。

コロナに関する注意事項 は裏面に

お申込み方法

能代市総合体育館まで参加費用を添えて、参加申込書を提出して下さい。
お問い合わせは能代市総合体育館(54-3607)まで。

キリトリ

令和4年度 ZUMBA® 教室

令和4年 月 日

ふりがな	年齢	連絡先	
氏名	歳	自宅	— —
		携帯	— —
住所	〒 —		