

ZUMBA GOLD

【日程】 2022年10月15日（土）

【場所】 岐阜メモリアルセンター 体育室

【時間】 17:30~18:20（50分）



【内容】 急な方向転換がなくバランス能力を養う動きも含まれるエクササイズ。ダンスの苦手な方にもわかりやすいレッスンです。

【担当】 中島 有加 武藤 香

【対象者】 中学生以上～（中学生の方は保護者同伴に限ります）

★ 当日は受付にて「検温」を実施します。37.5℃以上や体調不良の方参加できません。

【定員】 30名

【料金】 無料

【締切】 2022年10月8日（土）

【持ち物】 運動できる服装・屋内シューズ・飲み物・タオル

【お問合せ・申し込み先】

岐阜メモリアルセンタートレーニング室

TEL 058-215-7714

※ 新型コロナウイルスの感染症の状況により、講習会が中止になる場合があります。

キトリ

ZUMBAGOLD

氏名

緊急連絡先