

無料託児有(要予約)

※託児は 10/18(金)に予約締切



ZUMBA

キャサリン先生のZUNBAレッスン!
踊って笑ってカロリーもストレスも吹き飛ばそう!!

2024. 10. 27 (日) 10:30~12:00

ZUMBA(ズンバ)とは、ラテン系のリズムに合わせて体を動かし、心肺機能と筋力を鍛えるダンスエクササイズ! 経験豊富で愛とユーモアあふれるキャサリン先生と一緒に汗を流し、心も身体もリフレッシュしませんか?

- ところ 西体育館(美濃加茂市西町3-232) ■定員 40名(先着順・要予約)
- 受講料 500円 ■持ち物 飲み物、タオル、室内用シューズ、動きやすい服装
- 講師 キャサリン(大西由利枝)先生/インストラクター歴24年

■申込 10月10日(木)より、直接または電話、市公式 LINE からみのかも女性活躍支援センターRe:Ola(リオラ)へ ※市公式 LINE へは右の2次元バーコードから
TEL:090-9022-2200(平日 10:00~16:00)

■LINE 予約 【リッチメニュー】> 【イベント】> 【Re:Ola(リオラ)】> 【講座情報】



【カミーノ】
aminho
みのかもで、叶えられる夢がある!