

ZUMBA®



振付は覚えなくてOK!
ズンバはPARTYのように楽しく
簡単! 効果的♪

イベント詳細

指導員紹介

- 場 所 ■ 高槻市立総合スポーツセンター 小体育室
- 日 時 ■ 毎週火曜日 (祝日を除く)
10:00~11:00
- 対 象 ■ 16歳以上 定員25名
- 持ち物 ■ 動きやすい服装・室内シューズ
飲み物・タオル
- 受講料 ■ 月謝制 (税込)
開催2回の月: 1,400円
開催3回の月: 2,100円
開催4回の月: 2,800円 体験料: 700円/1回



ささじま まさみ
笹島 雅美

AFAA
グループフィットネスインストラクター
ZUMBA®インストラクター

<ZUMBA® (ズンバ) とは>
年齢体力問わずに自分のペースで
誰でもできるフィットネスダンスです。
陽気なラテンの音楽を中心に世界のリズムとPARTYの
ような雰囲気の中で簡単なステップを真似して踊ります。

お申込みは
二次元コードから



高槻市立総合スポーツセンター
TEL: 072-677-8200

〒569-0823 大阪府高槻市芝生町4-1-1
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7202>

●営業時間 9:00~21:00

●休館日 毎月第2火曜日
年末年始
(12/28~1/4)