

ラテン系を中心に世界中の音楽とステップを楽しめるダンスエクササイズ



ZUMBA GOLD® 教室

H6年度 参加者募集 !!

★★ 4/6 スタート★★

■ 日 時 : 毎月 第1・2・4 土曜日

① 一般クラス
対象 : 一般の方

13:00~14:00



② 親子クラス
対象 : 親と子ども

14:15~15:00



■ 場 所

庄内緑地 室内広場ダンス面

■ 参加費

月払い

① 2100 円

② 3000 円

都度払い

① 1000 円

② 1300 円

※別途室内広場入場料がかかります

一般 200 円、小学生 100 円

中学生、市内高齢 100 円 (学生証、敬老パス提示)

■ お申込

電話、室内広場窓口

ミズノ HP からの申込

ZUMBA GOLD をご存じですか？

ラテン中心の世界中の音楽に合わせて様々なステップを楽しめる人気のダンスエクササイズ！

ZUMBA と違って急な方向転換や飛んだり跳ねたりがなく運動やダンス初心者も楽しめます♪

バランス力や体幹を鍛える動きもありますよ。

振り付けは覚えなくてOK！インストラクターの動きを真似るだけ！

じっくり体を動かして、じんわり汗もかいて、どなたでも気軽に楽しめる、ココロもカラダも Happy になる軽運動です。

今回、一般クラスと親子クラスをご用意しています。

親子クラスはお子様も一緒に楽しめる構成となっております。ぜひご参加ください。

動きやすい服装、飲み物、室内用シューズ
持参してください。

庄内緑地ミズノHPQRコード
HP内のお問い合わせに必須事項の入力
お問い合わせ内容にZUMBA参加①,②を入力
②参加の方はお名前、お子様の年齢の記入



庄内緑地グリーンプラザ
TEL : 052-503-1010

名古屋市西区山田町大字上小田井字敷地3527

●営業時間 事務所9:00~16:45
室内広場9:00~20:30
※電話受付も16:45分まで

●休館日 毎週月曜日
毎月第三水曜日