

ZUMBA®45



講師

保坂 公美

BASIC 1/RHYTHMS 2/RHYTHMS 3

GOLD/ AQUA/KIDS/PRO SKILLS

美ユーティ Body Wave®

ZIN会員 No.75912

AFAA会員 No.14964

無料体験
実施中

初回体験無料！

ZUMBA効果

場 所 ■ フィットネススタジオ

日 時 ■ 10/1・22日(木)
19:00~19:45

※10月は2回開催となります。

受講料 ■ 1回利用 1,100円

定員 ■ 10名

①体力向上
②脂肪燃焼
③ストレス発散
ダンスが苦手な方にも
おすすめです！

形は気にせず音楽に乗って
自由にカラダを動かして
汗をかきましょう！

※持ち物：動きやすい服装・室内シューズ
タオル・ドリンク

※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたしますが、当グループ主催イベントの案内等を送付する必要がありますので、あらかじめご了承ください。



ナイスアリーナ
(由利本荘総合防災公園)
TEL: 0184-22-0001

〒015-0013 由利本荘市石脇字田尻野18番地
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7619>

●営業時間 09:00~21:30

●休館日 毎月第3月曜日
(祝日の場合はその翌日)
年末年始