

# 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 ■ 12/5・12・19・26日 (木)  
19:00~19:45
- 受講料 ■ 1クール (4回) 2,800円  
1回利用 900円
- 定員 ■ 15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。