

【水曜日・一般(高校生以上)】

# (水) 大人のダンスサイズ

音楽に合わせて、簡単なステップや振付を組み合わせながら踊ります♪  
体力づくりとシェイプアップをしていくダンス&フィットネスです！

- 時間 11:10~12:00
- 会場 泉武道館 2階剣道場  
※会場内は水分補給以外の飲食は禁止です。
- 定員 各期/40名  
※申込が少ない場合、開催を見合わせる場合があります。
- 準備物 運動着・室内用シューズ・タオル・ドリンク  
ヨガマット※各自でご持参ください。
- 講師 羽場 真由美 先生



開催日程			受講料	申込日程	
1期	4月	8・15・22	全8回 6,800円	新規申込	3/18(水)~4/7(火)
	5月	13・20・27			
	6月	3・10			
2期	7月	1・8・15・29	全9回 7,650円	優先申込	5/20(水)~6/2(火)
	8月	5・19		新規申込 ※優先申込の残り枠	6/3(水)~6/30(火)
	9月	2・9・16			
3期	10月	7・14・21・28	全11回 9,350円	優先申込	8/19(水)~9/8(火)
	11月	4・11・18・25		新規申込 ※優先申込の残り枠	9/9(水)~10/6(火)
	12月	2・9・16			
4期	1月	13・20・27	全11回 9,350円	優先申込	11/25(水)~12/8(火)
	2月	3・10・17・24		新規申込 ※優先申込の残り枠	12/9(水)~1/12(火)
	3月	3・10・17・24			