

【土曜日・一般(高校生以上)】

(土) ZUMBA

音に合わせて気持ち良く身体を動かしましょう！
心肺機能の向上・脂肪燃焼効果が期待できます★

- 時 間 15:00~15:50
- 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
- 講 師 諏訪 由美 先生



開催日程			受講料	申込日程	
1期	4月	11・18・25	全11回 9,350円	優先申込	3/7(土)~3/20(金)
	5月	2・23・30		新規申込 ※優先申込の残り枠	3/21(土)~4/10(金)
	6月	6・20・27			
	7月	4・11			
2期	7月	18・25	全10回 8,500円	優先申込	6/20(土)~7/3(金)
	8月	1・8・22・29		新規申込 ※優先申込の残り枠	7/4(土)~7/17(金)
	9月	5・12・19・26			
3期	10月	3・17・24	全10回 8,500円	優先申込	9/5(土)~9/18(金)
	11月	14・21・28		新規申込 ※優先申込の残り枠	9/19(土)~10/2(金)
	12月	5・12・19・26			
4期	1月	16・23・30	全10回 8,500円	優先申込	12/5(土)~12/18(金)
	2月	6・13・20・27		新規申込 ※優先申込の残り枠	12/19(土)~1/15(金)
	3月	6・13・20			