



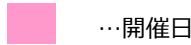
# ZUMBA

▼どんな教室…？

ズンバはラテン系音楽とダンスを融合させて創作されたもので、主要な筋肉を鍛えることができ、多くのカロリーを消費します。脂肪を燃焼する効果が大いなので、ダイエットにも最適です。

<b>担当講師</b>	<b>曜日</b>	木曜日
池上 -Ikegami-	<b>時間</b>	19:30～20:15
	<b>場所</b>	小体育室
	<b>定員</b>	30名
	<b>参加費</b>	4,000円／10回

第1期 教室開催日



4 April							5 May							6 June						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6				1	2	3	4							1
7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8
14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15
21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
28	29	30					26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29

## お申し込み方法

**継続の方は…** 現在受講中の方については、短期 教室最終回までに継続される旨を管理事務所までお伝えください。  
※参加料につきましては、第1期 教室初回参加時までにお支払いください。

**新規の方は…** お問い合わせください。  
※教室によっては定員になり次第、お申込みを締め切らせていただく場合があります。



大東市立市民体育館

**072-871-3201**

大東市立市民体育館  
スポーツ教室