

# 船橋市武道センター

## 教室のご案内

# ZUMBA (ズンバ)

ラテン系を中心に【音楽】【ダンス】  
【フィットネスエクササイズ】を融合させた  
ダンスエクササイズです。

初めて体験する方は  
また参加したくなりますよ♪  
踊って楽しく汗をながしましょう！！

時間 / 13:30～14:30(60分)

曜日 / 木曜日(定員30名)

開催日 / 4/4・11・18・25・5/9・16・23・30  
6/6・13・20・7/4・11・18

講師 / 久保田 純子

料金 / 1回900円(税込) 当日受付

持ち物 / 室内シューズ タオル 飲み物

運動しやすい服装

問合せ / 船橋市武道センター  
047-422-0122

