

ZUMBA®開催!!

承認番号 16638

ZUMBA（ズンバ）®は世界中で大人気のダンスエクササイズです。アップビートな世界各国のリズムに合わせて、楽しく身体を動かします。年齢にかかわらずどなたでも楽しい♪脂肪燃焼効果も高いフィットネスです。

【日時】 9月4日（土）
14：00～15：00

第2弾は 9月25日（土）開催予定

【定員】 30名

※定員になり次第終了 事前予約必要です
但し10名集まらなければ、開催いたしません。

【場所】 剣道場 【講師】 太田 典子先生
向田 陽子先生

【持ち物】 タオル、飲み物、内履き

【対象】 中学生以上男女 【受講料】 800円

【募集開始】 7月22日（木）～

【注意点】 マスク着用での受講となります。更衣室が使用出来ないため運動できる格好でお越しください。また、今後の感染状況により山形市内の県有施設同様、施設の閉鎖・催事の中止などの指示があることもございますのでご理解ください。ご自宅で体温を測ってからお越しください。

その他、今後も様々なエクササイズを体験していただけるよう開催していく予定です。9月下旬、10月下旬、11月下旬、12月上旬開催予定。日程については調整中です。

(株)モンテディオ山形 自主事業担当係

天童市山王1-1

問合せ先：023-655-5900

URL：<http://park.montedio.co.jp>