

#28097

ZUMBA®



のりこ



ちい

10/14

月祝

ZUMBAって何？

世界中の音楽で踊るダンスフィットネス。
ダンス経験・フィットネス経験がなくても大丈夫。先生の動きを真似して音楽を楽しむダンスプログラムです。
色々な効果が・・・
ストレス発散・ダイエット・健康維持etc

日時	2024年10月14日(月・祝) 13:30~14:45
場所	山形県総合運動公園サブアリーナ
定員	80名 (対象:中学生以上の男女)
持ち物	運動靴・飲物・タオル
参加費	1500円 (当日現金支払)
講師	太田典子・堀米千伊

事前予約制web・電話・来園にて。
定員になり次第申込終了いたします
Web申込用QR→



お申込み・お問合せ
(株)モンテディオ山形自主事業担当係
TEL. 023-655-5900