

# ZUMBA®教室

## 4期

水曜日開催 全10回

1月	7	14	21	28
2月	4	18	25	
3月	4	11	18	
時 間	10:30 ~ 11:40	休み	2/11	
場 所	県民体育館 補助競技場(2階)			
定 員	40名(18歳以上・高校生不可) ※参加人数が少ないと開催できないことがありますので、ご了承下さい。			
料 金	7,000円			
持ち物	室内シューズ 水分補給用飲み物・タオルなど			
講師の紹介	 <p><b>JUNKO</b> (じゅんこ)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●AFAA認定フィットネスダンスインストラクター</li> <li>●AFAA認定インストラクター</li> <li>●PFA Pilates Basic Coach</li> <li>●ZUMBA®インストラクター</li> </ul> <p>「皆さんに元気と笑顔をお届けします」</p>			
教室の紹介	アップ・ビートな世界各国の音楽に乗せて楽しく簡単にエクササイズできるフィットネスpartyです。ダンスが得意でない方、エクササイズに参加するのをためらっていた方でも気楽に参加できる楽しいプログラムになっています。			
申込方法	電話受付のみ（先着順受付／8：30～20：00）			



受付・手続き期間◆ 12/8(月)～1/6(火)

◆お申し込み・お問合せはこちらまで◆

高知県立県民体育館

公益財団法人 高知県スポーツ振興財団

〒781-8010 高知市棧橋通2丁目1番53号

☎ (088)831-1166

HP <https://kochi-kenmin.org/>



健康  
パスポート



貯  
まり  
ます  
す  
イ  
ン  
ト

【ポイント付きます】

V  
ポ  
イ  
ン  
ト



冬のスポーツ教室参加者  
限定プレゼント

1教室につき1つ