男性・初心者
シニアの方
大歓迎です❣

ズンバ ゴールド
ZUMBA GOLD®

ラテンの音楽で楽しくフィットネス！やさしい！簡単！

運動・体力に自信の無い方でも楽しめるプログラムです。

日 程 ①9/25

金曜日　10：00～11：15

受講料 1，000 円

定 員 25 名

携行品 運動できる服装、室内シューズ
タオル、飲料水

講 師 工藤 あき子（ZUMBA GOLD®インストラクター）

9月5日（土）10時～

「窓口」・「電話」にて受付開始！

サンライフ秋田

☎０１８－８６３－１３９１