

水中ではじけよう♪ アクアズンバ®

AQUA ZUMBA®

募集開始
11月7日
(土)
10時より



【日程】 12月4日(金) 10:45~11:45

【受講料】 1,000円 【定員】 30名

【携行品】 水着、スイミングキャップ、バスタオル、飲料水

【講師】 保坂 公美 (AQUA ZUMBA® インストラクター)

○水中で 音楽に合わせて体を動かして

関節への負担が少ない エクササイズです。

ラテンのリズム に乗って楽しく踊りながら運動できます。

お申込み・お問い合わせは

サンライフ秋田

☎ 018-863-1391