

フラダンスでエクササイズ講座

フラダンスの動きにフィットネスの要素を取り入れた有酸素運動です。

穏やかに…優雅に…無理なく…簡単に…楽しみましょう♪

募 集
人 員

15人（応募者多数の場合は抽選）

※両日参加できる方を優先します

※当選者には8月28日迄にご連絡いたします

受講料

各日200円

（お釣りのないようご用意ください）

持ち物

飲み物・お持ちの方はパウスカート

※デニム以外の動きやすい服装でお越しください。

お申込み・締切り 8/22(金)

岩津市民センターへ E メール・電話または直接来館して

●氏名（ふりがな）●住所●電話番号

●講座名「フラダンスでエクササイズ」を伝えてください。

9/12(金)

9/26(金)

10:00～12:00

岩津市民センター

1階 第3和室

講 師

フラトレ®インストラクター・ロミロミセラピスト 後藤 織江氏

お問合せ・お申込み 岩津市民センター

TEL:0564-45-2512

E-mail:iwazu.shimin@city.okazaki.lg.jp

メールアドレス QR コード



受付時間:9:00～21:00(月曜休館)

但し日曜・祝日は9:00～17:00