

《東部市民センター講座》

初心者のための ZUMBA® 教室

JWI 承認 No.38709

ラテン音楽に乗って仲間と楽しく踊り、ストレスから心を解き放つ「ズンバ」。
興味はあるけど、リズム感や体力に自信がない…と諦めていたなら、今がチャンス！
初心者向けの講座なので、無理のないペースでチャレンジできますよ！

日時

令和8年 10月9日、23日、11月13日(金)
11時00分～12時30分(全3回)

会場

東部市民センター 2階 体育集会室

講師

フィットネスインストラクター YUKARI 先生



ダンス経験がなくても大丈夫♪ 老若男女、どなたでも気軽にご参加ください！

【資格】IGFI、ZUNBA®BASIC1、ZUNBA®KIDS、ZUNBA®GOLD 他

上手下手は関係ない！
真似して、楽しく踊る。
それが一番大事!!

定員

20人(応募者多数の場合抽選) ※市内在住・在勤・在学で3回受講可能な方

費用

受講料:900 円(各回 300 円) / 教材費:なし

持ち物

運動のできる服装、室内用の運動靴、飲み物、汗拭きタオル

申込方法

9月29日(火)までに、「Eメール」、「電話」、「窓口」でお申し込みください。

《必要項目》 講座名と、①氏名(ふりがな)、②〒・住所、③電話番号、
学生は④学校名・学年



メールアドレスの
2次元コード

《お問合せ先》 東部市民センター

〒444-3513 岡崎市山綱町字天神2番地9

☎:0564-48-2922 / ✉:tobu.shimin@city.okazaki.lg.jp

休館日:月曜日 / 開館時間:9:00～21:00 ※日曜日・祝日は17:00 まで



施設地図表示