

シニアのためのズンバゴールド ♪



ズンバゴールドは、初心者やシニア向けの「優しいズンバ」です。

軽快な音楽にのって全身を動かす楽しさがいっぱい！ さあ、みんなで一緒に
Let's dance ! ダンスしようぜ！

*日 時 令和8年5月から8月までの第2・4金曜日

5/8・22 6/12・26 7/10・24 8/14・28

全8回

午後1時30分～午後2時30分

*場 所 西部福祉センター 2階 集会室

*対 象 市内在住60歳以上の人

*講 師 YURIE 氏 (ズンバインストラクター)

*持ち物 汗ふきタオル、飲み物 (※動きやすい服と靴でお越しください)

*参加費 無料

*定 員 20人

*申込み

令和8年4月10日(金)午前9時から窓口にて先着順受付

定員に満たない場合は、午後1時から電話申し込みも可

【問い合わせ 西部福祉センター 電話 72-6616】