

ダンス系

全身を使って陽気に楽しくワールドワイドなダンス!

KONAMI SPORTS有料エクササイズプログラム

※要予約



ZUMBA[®] fitness

ラテン音楽を中心にHIP HOP、フラメンコ、タンゴ、ベリーダンス等のダンスの要素がMIXされ、ダンスステップを基本とした実用的なダンスエクササイズ! とにかく陽気に明るく楽しくいい汗をかくには最高のグローバルプログラムになってます!

日時

月曜日 10:45-11:45

場所

3階 剣道場

※月2回のクラスの為、開催日時はお間違えの無い様必ずご確認ください。

講師

斉藤 由子

参加費

600円(税込) ※市内65歳以上の方は300円

持ち物

シューズ・タオル・水分補給できるもの

☆クラス受講前そのまま「午前」のトレーニング室をご利用頂けます☆

海老名運動公園 046-235-7204