

アレコレ
健康応援
講座

福吉コミュニティセンター主催

はじめてのズンバ

ラテンの音楽に合わせて、先生と一緒に動くだけの楽しいエクササイズ。簡単なステップだから運動が苦手な方でも大丈夫！ご参加お待ちしております。

♪日にち： **1回目** …… 5月28日 木曜日

2回目 …… 6月11日 木曜日

♪時間： **10:00~11:00**

※ 参加は1回のみ、両日参加どちらでも可

♪会場： 福吉コミュニティセンター 研修室

♪講師： モース 蘭子さん((ズンバ協会認定インストラクター)

♪対象： 老若男女どなたでもご参加いただけます

♪定員： 16名程度(先着順) ♪参加費： 無料

♪その他： 運動用室内履き、タオル、水分補給用の飲み物を持参のうえ、運動のできる服装でおいで下さい

♪申込： 5/22(金)マテに福吉コミュニティセンター事務所まで直接

上手に動けなくても大丈夫自分が楽しければ、それでOK!
音を楽しむ♥ 動くことを楽しむ♥それがズンバ!!

参加費無料
どなたでも
おいでください!



★申込み・問合せ先：福吉コミュニティセンター Tel&Fax 326-5501 ※月曜日以外の9:00~17:00

きりとり

「はじめてのズンバ」参加申込書

参加希望の日程	①両日とも	②5/28(木)のみ	③6/11(木)のみ
	※いずれか参加希望の日程に○をつけてください		
参加者氏名	ふりがな	電話番号	
住所	糸島市	行政区	

■締切：5月22日(金)

【提出先】福吉コミュニティセンター 福よし絆館 Tel&Fax092-326-5501