

予約不要

6月イベント



～ワンコイン(500円)レッスン～



直接お越しください

1階多目的室にて

レッスン名	シェイプダンス～初級～
開催日	6月10日(土)
開催時間	9時50分～10時50分
担当	MAIKO
内容	ラテン・ヒップホップ・K-POPなど様々なジャンルの音楽を使い、ダンスでシェイプアップ!



DEMO Lesson

▼サルセーションが初めての方に限る

2階武道場にて

レッスン名	SALSATION®
開催日	6月21日(水)
開催時間	20時15分～21時15分
担当	SI Saori(中橋早織)
内容	世界中の音楽リズムに乗って体を動かすダンストレーニング! 思い切り楽しんで!



みんなであそぼう♪

2階武道場にて

レッスン名	ZUMBA®
開催日	6月28日(水)
開催時間	20時15分～21時15分
担当	野村由起
内容	世界中の音楽を使って身体を動かすダンスエクササイズ! 簡単な振付で楽しみながら汗をかこう♪

【持ち物】 動きやすい服装・室内シューズ・水分

(参加費は受付券売機にてチケットをお買い求めください)

さわやかアリーナ (袋井市総合体育館)