

楽しく踊って！

# メタボ対策

ラテン系音楽を中心とした  
ダンスエクササイズです

プロが教える運動講座を開催！

# ズンバ 講座



託児付き

※無料で託児を  
利用できます。

先生の動きに  
合わせるだけ♪

とき



12月6日(日)  
午前10時～11時30分

ところ



ヴィーブル サブアリーナ

対象者



30～50代の市民(年度末年齢)  
※医師から運動制限の指示がない人

定員



20人

参加費



無料

準備物



室内運動靴、飲み物、タオル、筆記用具

申込方法



電話または二次元コード

申込期限



10月30日(金)

二次元  
コード



申し込み・  
問い合わせ先

合志市役所 健康ほけん課 健康づくり班  
☎ 096 - 248 - 1275