

“まめっこズンバ”のお知らせ

音楽にのって体を動かしましょう！

日 時 : 令和8年2月20日(金) 10時半～11時半

場 所 : 醍醐児童館育成室

講 師 : 小じま 博美 先生 (ダンスエアロ インストラクター)

持 ち 物 : 体育館シューズ又は上靴・水分補給の飲み物(たくさん)・タオル

動きやすい服装でご参加ください

先生からのメッセージ：ZUMBAとは、体幹を鍛えながらシェイプアップ出来るダンスエクササイズです。さまざまな国のラテン音楽を楽しみながら簡単に踊れます。是非体験ください。

※ 費用は無料です。申し込みは お電話でもけっこうです。

定員8組又は17日(火)で締め切ります。

当日の様子を写真におさめ、HP等に使いますのでご了承ください。ご都合の悪い方はお知らせくださいね。



京都市醍醐児童館 075-571-7397

