

DATE 2019.06.02 SUN

PLACE 音更町総合体育館

SCHEDULE AND PRICE

13:30-14:15 Port De Bras

1,000yen

14:30-15:15 DANCE

1,000yen

15:30-17:00 ZUMBA

1,500yen JWI承認NO.12066

ALL 3,000円

あなたの身体はこの夏変わる！

DANCE FITNESS PARTY

2019 初夏の陣

お申し込み・お問い合わせは、音更町総合体育館（0155-42-5577）もしくは、各インストラクターまで



SANAE MIMACCHI KANAKO

横尾 早苗IRプレゼンツ

Port De Bras（ポルドブラ）とは？

バレエの動きをベースとしたプログラムです。体幹を鍛えることで、姿勢が良くなり、バランスの良い引き締まった身体を作る効果があります。

谷口 佳菜子IRプレゼンツ

DANCEとは？

HIPHOPスタイルダンスパーティー！
次々と組み合わされるコリオ、完成されたコリオを最高のミュージックと共に踊る！
DANCE好きには堪らないプログラム！