

初心者さんも！

経験者さんも！

豪華2本立て

2026
5/17
(日)

Instructor

長田 茂
Shigeru Nagata

Instructor

山下 清子
Kiyoko Yamashita

YOGA

プラザフィットネスレスン

ZUMBA[®]

ご予約は
こちらから



会場：とかちプラザ5階フィットネススタジオ

時間：【ZUMBA】13：30～14：15

【YOGA】14：30～15：15

費用：各500円（あおぞら共済利用の場合各200円）

定員：各20名（先着順）

持物：飲み物・動きやすい服装・タオル

【ZUMBA】フィットネスシューズ

【YOGA】ヨガマット（貸出あり）

～お問合せはとかちプラザ5階受付（0155-22-7890）まで～

主催：とかちプラザ指定管理者株式会社オカモト 後援：帯広市教育委員会

