

リフレッシュ&
運動不足解消!



講師：インストラクター zin 73188 加茂衣未

ズンバとは…ラテン系の音楽とダンスを組み合わせた、ダンスフィットネスエクササイズです。
難しいステップを覚える必要はありませんので、気軽にご参加頂けます!

- ①昼コース…2026年4月7日(火) スタート
毎週火曜日【月4回】 13:30~14:30
- ②夜コース…2026年4月2日(木) スタート
毎週木曜日【月4回】 19:15~20:15

【受講料】
3,600円/月 ※体験1回900円

【定員/対象】
各30名(先着順) / 一般
※お子さんの同伴はご遠慮ください。

【持ち物】
運動できる服装・タオル・飲み物・室内シューズ

【申込方法】みをつくし文化センター窓口、電話、FAX、メールにて下記の必要事項をお知らせください。※持病がある方は、お申し込みの際にご相談ください。

みをつくし文化センター 浜松市浜名区細江町気賀369
☎053-523-3116 FAX:053-523-3126 メール:miwotsukushi@birukan.com

主催：浜松市みをつくし文化センター(指定管理者 東海ビル管理株式会社)

『ズンバ』受講申込書

キリトリ

年 月 日

申込みコース (☑を入れる)		<input type="checkbox"/> ①昼コース		<input type="checkbox"/> ②夜コース	
ふりがな		性別	電話番号	年齢	
氏名		男・女		歳	
住所					
緊急連絡先	氏名(受講者以外)			続柄	
	電話番号(出来れば携帯をご記入ください)				
LINEのご登録をお願いしております。※休講等のご連絡時に使用します。					