

令和7年度 下諏訪町公民館・勤労青少年ホームの講座



ZUMBA

ラテンなどアップテンポの曲に合わせて踊るエクササイズです
たくさん動いて、ストレス発散しましょう！

6/26 7/10 7/24

8/7 8/21 9/4

木曜日 全6回

19:00~20:00

講師 うえかね つとむ 先生

会場 下諏訪総合文化センター 1階 軽体育室

※軽体育室が使用できない期間は下諏訪体育館 3階 第2会議室

持ち物 運動ができる服装、上履き、飲み物、汗拭きタオル

定員 15名

受講料 無料

申込方法 ①下諏訪町公民館の窓口にて直接申し込み ②電話での申し込み

受付開始：5月12日（月）9:00

受付時間：平日9:00~21:00

※先着順受付、定員になり次第締め切りさせていただきます。

※事前にキャンセルする場合は、6月25日までにご連絡ください。

※講師の都合または受講者が少人数の場合開催中止になる場合があります



☆申込み・問合せ☆ 下諏訪町公民館（下諏訪総合文化センター内）TEL28-0002・27-1111(717)