

簡単
楽しい
効果的!

成人スタジオレッスン

受講者
募集中

<講師> 笹川 千佳

- ・健康運動指導士
- ・ZUMBAインストラクター

ZUMBAや筋トレや
ヨガなどのレッスンを
京都市内を中心に
実施しています。



ZUMBA®

年齢は関係なし！誰でも楽しく始められます！
このレッスンでは、運動が苦手な方や運動を
初めてされる方にも楽しんで継続していただける
レッスンを目指しています！簡単、楽しい、
効果的なZUMBA®と一緒に楽しみましょう！

曜日：毎週木曜日

時間：19:55～20:40

京都アクアリーナ

615-0846 京都市右京区西京極徳大寺団子田町64
TEL：075-481-3055（営業時間 9:00 21:00）