



## “Zumbaズンバでダンスエクササイズ！”

**Zumbaズンバ**とは、南米のラテン系音楽とダンスを融合させたダンスエクササイズです。

日本人も南米出身のみなさんも、一緒にラテン系音楽や文化を楽しみましょう！

日 時 : 4月19日(土) 19:00~21:00

場 所 : 湖西市民活動センター 2階(旧 鷺津駅前事務所)

参加費 : KOKO 会員 200 円 非会員 300 円

講 師 : 藤野 美保子先生

- ・AFAA 認定インストラクター
- ・AFAA パーソナルトレーナー
- ・PFA ピラテスコーチ
- ・Official Zumba Fitness インストラクター

持ち物 : 飲み物 タオル ※運動できる服装をしてきてください

定 員 : 25名(定員になり次第、募集は締め切ります。)

申込み : 湖西国際交流協会(KOKO)

TEL/FAX:053-575-2008 E-MAIL : [asocia@kosai.org](mailto:asocia@kosai.org)



☆今回は1回のみ体験レッスンですが、好評であれば講座として継続していく予定です。