

ZUMBA

平成30年度
秋期日程表

ZUMBAはラテン系を中心とした「音楽」と「ダンス」を融合させて創作されたダンスフィットネスエクササイズです。
肺機能の向上と脂肪燃焼効果大！！
楽しく踊れるスクールです。



10月

日	月	火	水	木	金	土
	1 休館	2 ①②	3	4	5	6 ③
7 休館	8 祝日	9 休館	10	11	12	13
14	15 休館	16 ①②	17	18	19	20 ③
21	22 休館	23 ①②	24	25	26	27
28	29 休館	30 ①②	31			

— 火曜日 —
① 11:00 ~ 11:45
② 20:45 ~ 21:30
(13歳以上 一般男女)
— 受講料 —
全10回
新規 7,500円
継続 6,500円
単発 900円

— 土曜日 —
③ 20:30 ~ 21:15
(13歳以上 一般男女)
— 受講料 —
全5回
新規 3,750円
継続 3,250円
単発 900円

11月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3 祝日
4	5 休館	6 ①②	7	8	9	10 ③
11	12 休館	13 ①②	14	15	16	17
18	19 休館	20 ①②	21	22	23 祝日	24
25	26 休館	27 ①②	28	29	30	

12月

日	月	火	水	木	金	土
						1 ③
2	3 休館	4 ①②	5	6	7	8 ③
9	10 休館	11 ①②	12	13	14	15
16	17 休館	18	19	20	21	22
23 祝日	24 振替休日	25 休館	26	27	28 休館	29 休館
休館30	休館31					

次回「冬期」
受講料引き落とし日
「1月4日(金)」
変更・退会の際は
「12月16日(日)」
までに受付まで
お申し出ください。

- 持ち物 『ZUMBAができる服装・上靴・タオル・水分(お茶等)』
- レッスン開始10分前までにお越しください。
場所は「スポーツジム」内のスタジオにて行ないます。
- 皆出席されますと皆勤賞がございます。
- 補講制度がございますが、必ず担当講師へお申し出ください。
(今期欠席分を他のレッスン曜日に振り替えて受講が可能です。)
※皆勤の対象にはなりません。
- お越しになられたら必ずスポーツセンター受付に受講証を提出ください。
- レッスン時間前後のプール・採暖室・ジム等の一般利用には別途利用料が必要になります。
- その他、ご不明な点がございましたら職員にお尋ねください。