



SALSATION®

世界中でムーブメントを起しているダンスエクササイズ。
音楽と機能的なトレーニングに合わせたプログラムです。
体感を鍛え、脂肪燃焼効果が高く、飛んだり跳ねたりしないエ
クササイズです。経験のない方、体力に自信のない方、男女・
年齢問わず、動きも簡単でどなたでも楽しめます♪

楽しい時間を皆さん、一緒に♪

ワンコイン**500円**でお気軽に♪♪

気持ちよくご参加ください♪♪♪

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回
12/5	12/19	12/26	1/16	1/23	1/30
第7回	第8回	第9回	第10回	第11回	第12回
2/6	2/20	2/27	3/6	3/13	3/27

前週分より予約可能
詳しくは裏面にて
確認してください

時間：19:30～20:30

講師：杉野 千津子

対象 18歳以上（高校生不可）
受講料 500円
定員 15名
申込時間 18:55～19:25

※定刻より教室を始める関係上、開始時間 5分前で受付を締め切らせていただきます。

