

ラテン系の音楽に合わせて、楽しく踊って、心肺機能と筋力を鍛えます！  
楽しく身体を動かすことが目的なので、エクササイズが苦手な方でも  
気軽に参加いただけます。踊って、踊ってストレス解消しましょう！

はじめての

ズンバ  
ZUMBA



2024年11月25日(月)  
10時30分～11時30分

場 所: 千里丘市民センター 会議室兼練習室

参加費: 480円 定 員: 20名(先着)

持 ち 物: 動きやすい服装、運動靴(室内用)  
汗拭きタオル、水分補給用飲み物

申込期間: 11月1日(金)午前10時～11月24日(日)

電話もしくは直接窓口にて

お支払い: 受付完了後、**11月24日(日)**までに直接窓口にて  
お支払いください。

休館日(11月11日)を除く午前9時～午後8時

11月1日(日)のみ午前10時から

※原則、参加費の返金はありません。



講師: 渡辺 加奈子さん

スポーツクラブや公共施設等で  
ズンバ教室を主宰。  
子どもからシニアまで幅広い世代が  
気軽に楽しく体験できるような  
プログラムを提供している。

お申込み、お問い合わせ

吹田市立千里丘市民センター

TEL06-6878-9510 吹田市千里丘上14番37号 (JR千里丘から徒歩約10分)

指定管理者 大阪ガスビジネスクリエイト・国際ライフパートナー共同事業体

- ・各催しの終了時間は、前後することがあります。予めご了承ください。
- ・お申込みの際は弊社HP「各事業部における個人情報の取扱いについて(※)」をご確認の上、お申込みください。  
※<https://www.ogbc.co.jp/privacy.htm>
- ・お預かりした個人情報は、吹田市立市民センター等が責任をもって管理し、各講座の運営以外の目的には利用いたしません。
- ・マスクの着用については、吹田市の指針に沿い、各個人の判断を基本にいたします。
- ・吹田市に「暴風警報」もしくは「特別警報」が発令された場合、臨時休館となる場合がございます。
- ・施設の活動を広く市民の皆様にご覧いただくため、開催時に写真を撮影し、HP等で紹介させていただく場合がございます。