

上鳥羽北部いきいき市民活動センター  
なごみスペース～ようこそ～

# 身体スツキリダンス

リズムに合わせて楽しく身体を整えましょう♪

毎月 第2水曜日  
10:30~11:30

参加費  
無料!

場 所: 当センター2階 サロン  
対 象: どなたでも  
定 員: 12名(先着順)  
持ち物: 飲み物・動きやすい服装・タオル

窓口・TEL・公式LINEにて申し込みを受付中!  
(前期: 5/13・6/10・7/8・8/12・9/9)

講師: 古屋 有希

”ダンスって難しそう…”と思っている方でも大丈夫です! ゆっくりした動きからスタートして、音楽に合わせて楽しく身体を動かしていきます。体力づくりやリフレッシュにもピッタリです。笑顔で楽しい時間を過ごしましょう♪

申込先・お問合せ

上鳥羽北部いきいき市民活動センター  
〒601-8107 京都市南区上鳥羽南唐戸町62-2  
電話: 075-691-9098 FAX: 075-662-0910  
E-mail: kamitobahokubu@inetsbb.com

