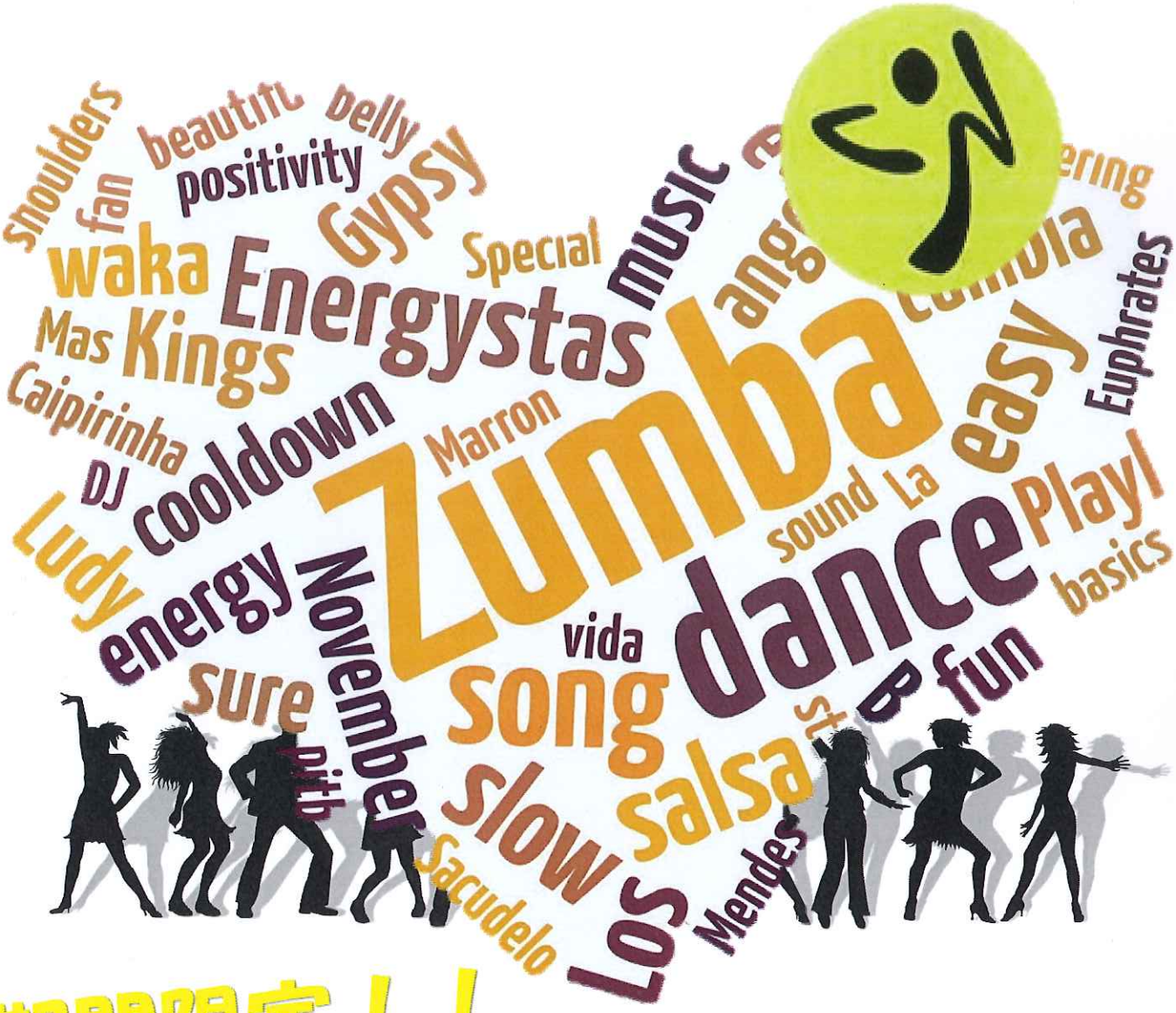

期間限定！！

平成29年6月2日(金)～7月14日(金)

毎週金曜日

11:00～11:50 「 ZUMBA 」

担当： 永吉

ラテンにリズムに合わせて動きを楽しみましょう～♪

心肺機能を向上させるとともに、多くのカロリーを消費するので脂肪燃焼に効果が期待できます!