

健康づくり21

ズンバ

2026年2月14日 (土)
13:00~15:00

ズンバって？

ラテン音楽に合わせて、楽しく体を動かす
ダンスフィットネス！運動が苦手でもOK♪
音楽にノってストレス解消&脂肪燃焼！

講師紹介



新井ひとみさん

JWI ZUMBA®
インストラクター

申込QR



会場：守山市民体育館 大アリーナ
対象：市内在住・在勤の18歳以上の方
定員：100名
参加料：500円（傷害保険含）※当日支払い
申込：電話または右記二次元コードから
2026年1月14日（水）～2月13日（金）
持ち物：動ける服装、室内シューズ、飲み物



<主催> 公益財団法人守山市文化体育振興事業団

<共催> 守山市スポーツ協会

<お問合せ> 〒524-0051 滋賀県守山市三宅町100（月・火・木曜日休館）

守山市スポーツ協会

TEL・FAX/077-583-3113