



令和3年度

# ZUMBA

エアロビクスとラテン系の音楽を融合させたフィットネス  
ラテン系の音楽に合わせて楽しく体を動かして、  
気持ちをスカッとリフレッシュ♪♪♪♪♪  
気持ちいい汗を流して爽快感を味わいましょう！

開催日： 5月14日、21日、28日  
6月4日、18日、25日  
7月2日、9日、16日 計9回 いずれも金曜日

※緊急事態宣言発令に伴い、以下の通り開催時間を変更させていただきます。

時間： 午後6時30分から午後7時15分まで（45分間）  
変更： 午後6時30分から午後7時00分まで（30分間）

定員： 各回50名（先着順） 対象： 中学生以上  
会場： 日本ガイシ スポーツプラザ 第3競技場  
参加料： 各回1人300円（スポーツ・レクリエーション傷害補償制度を設けております。）

受付： 毎回30分前から先着順  
※初回参加時のみ申込書のご記入をお願いします。  
※毎回参加の際は健康チェックカードの記入をお願いします。  
☆定員を超過した場合は、参加をご遠慮いただく場合があります。

日本ガイシホール管理事務室  
〒457-0833 南区東又兵衛町 5-1-16  
電話 052-614-3111 FAX052-614-3120  
<http://www.nespa.or.jp/hall/index.html>

【指定管理者】名古屋市総合体育館 NK 共同事業体  
代表団体 （公財）名古屋市教育スポーツ協会 <http://www.nespa.or.jp/>



NESPA