グンゼスポーツ西宮 大人のスクール



大西 千絵子

【料 金】 4,950円(税込)/月(3回)

(開催日は別紙スクールカレンダーをご確認下さい。)

【参加方法】

- ・スクール参加当日は終日施設をご利用頂けます。 (プログラム除く) スクール開始時間までにスタジオにお集まり下さい。
- ・お客様都合による欠席の場合は、振替や返金対応は致しかねます。

【対 象】16歳以上

~ラテンエアロ~

実施時間: 木曜日 10:30-11:15 【Bスタジオ】

- -陽気なリズムでコリオを楽しめる!-
- ® ここがポイント!
- ① ダンス要素を含みながらもシンプルな動きでしっかりと 汗がかける!
- ② 「エアロビクス」のクラスなので、動きの中でも説明の アナウンスがあるからわかりやすい!
- ③ ラテンの基本ステップから徹底解説♪ 初めての方でも安心してご参加頂けます!

エアロビスクが好きな方はもちろん、ダンスやZUMBAが好きな人にもおすすめです!