

# ZUMBA★GOLD

**4月27日(月)**

**10:00～10:45**

**軽トレーニングルーム**

**500円**

**定員20名**

**当日9:30～受付**

ズンバゴールドは激しい動きがなく

振り付けも簡単でフィットネス初心者をや

シニア向けのプログラムです

タオル,シューズ,飲み物をご持参下さい♪

**長岡京市立 健幸すぽっと**