

# フラダンス無料体験教室



「今年は6月から暑い日が続くこともあり、スポーツをしようにも外に出るのがしんどい…」

「3月からの外出自粛期間で運動不足、ストレスが溜まっている…」

「久しぶりに運動がしたいけれど、激しい運動はちょっと…」

**そんな方に特におすすめ！**

夏の暑さが通り過ぎた頃、みんなでゆったりとフラダンスを踊ってみませんか？

朝からゆったりと体を動かし、汗をかくことで心も体もすっきりできます！

無料体験でフラダンスの楽しさや雰囲気をぜひ体験してみてください



日時：令和2年9月22日（火・祝） 9：30～10：50

場所：神戸市立垂水体育館 第二体育室

対象：一般女性（10人）

持ち物：動きやすい服装（フラダンスの衣装等でなくて構いません）

タオル、飲み物

参加費：無料

お申込み：8月22日（土）～

体育館窓口にて問い合わせ もしくは お電話での問い合わせ

TEL：(078)－709－6262

神戸市立垂水体育館

〒655-0033 垂水区旭が丘2丁目1-2-2 TEL 709-6262 FAX 709-6263

垂水体育館は、(公財)神戸市スポーツ協会、(公財)神戸YMCA、アシックススポーツファシリティーズ(株)が神戸市から選定を受けて運営をしています。