

こころもからだもリフレッシュ♪

フィットネスフラダンス

教室

令和8年3月6日(金)

10時30分～11時30分

参加費

500円

(税・保険料込)

託児無料

定員

25名

託児は5名

場所 戸田市スポーツセンター 剣道場
(託児場所:1階大会議室)

対象 16歳以上(フラダンス未経験者)
託児は生後6か月から未就学児まで

持物 動きやすい服装(パラスカート可)
タオル・のみもの ※靴・靴下不要

内容紹介

フラダンスとフィットネス(ステップなどの有酸素運動)をかけあわせたもので、適度な運動量で無理なくお楽しみいただけます。

1回で出来る簡単な振り付けで、どなたでもお楽しみいただけますので、日ごろのリフレッシュにぜひご参加ください。



申込詳細

下記期間にWEBよりお申込みください。

申込期間 令和8年1月25日(日)～2月8日(日)

当選発表 令和8年2月9日(月) メールにて

※応募者多数の場合は市民優先のうえ抽選



申込はこちら

主催・問い合わせ

戸田市スポーツセンター ☎048-443-3523
〒335-0021 戸田市新曽1286番地