

なるちゃんサークル88

参加者募集



★**駐車場直結**！車いすの方も上半身の動きや楽しいサウンドを満喫してください。介助の方は参加無料。

予約不要！最終 20 時まで入室 OK

ひろびろなるちゃんホールへ気軽に飛び入りしてね

8月26日(土) 9月2・16日(土)も同時間場所で開催予定

19時～20時28分(88分) 場所：鳴門競艇場1階なるちゃんホール

最終受付：20時(19時以降入室は各自でウォームアップを！) 参加費 500円(おおむね4歳くらい～参加可)

今、ZUMBA(ズンバ)®は、ダンス系フィットネスで最も人気のプログラム。知らない間に汗いっぱい、脂肪燃焼や運動不足解消にも◎。とにかく楽しいズンバの言葉の由来は「お祭り騒ぎ」。サルサ、マンボ、ボックス、レグトンなどの基本ステップをベースに、ベリーダンスをはじめ、リオのカーニバルを彷彿させるラテン、フラメンコなどもズンバの楽曲&振付にアレンジされていて、音が流れると、つついステップしたくなります。お子様から高齢の方まで楽しめ、世界各地でビッグイベントも開催されています。NICEでは木曜17時半～キョーエイ鳴門駅前店4階にて毎週開催。鳴門市チャレンジデーでもたくさんの方が体験されました。そんな ZUMBA®の感動をもっと多くの方

に知ってもらうため鳴門競艇場内のなるちゃんホールにてサークル活動を開始します。NICE 会員や鳴門市民でなくても OK！また、会場では徳島周辺の ZUMBA®開催情報も提供。他店、他団体での持ち込み PR も大歓迎です。ZUMBA®仲間との交流も進めましょう。

- 参加費(500円)は入場の際お支払いください。
- 指導：島田明美、尾崎ひとみ、その他ゲストインストラクター、バックダンサーあり
- 服装と持ってくるもの：フィットネスシューズまたは体育館シューズ、バスケやテニスシューズでも可。汗をかくのでタオル、着替えと補給用水分(ポカリスエットなど)

<主催>一般社団法人 NICE 鳴門市撫養町小桑島字前浜キョーエイ鳴門駅前店4階

Facebook <http://facebook.com/NICE7610> 公式 HP は「ナイス」「7610」で検索。☎080-3928-8679

