

笑顔で楽しく

40歳からの **大人**
チアダンス
体験教室

9月13日(火) 19:10-20:10

チアの動きを取り入れながら、笑顔でダンスを楽しみます★

姿勢改善！代謝アップ！ココロとカラダをリフレッシュ!!



【講師】

松崎 美奈子 (まつざき みなこ) 先生
元NFLニューオーリンズ・セインツチアリーダー/管理栄養士

場所：3階第2研修室

参加費：500円

対象：40歳以上どなたでも 定員：15名

持ち物：動きやすい服装・動きやすい靴

芦屋市立体育館・青少年センター

指定管理者：S & Nスポーツマネジメント芦屋
芦屋市川西町15-3 TEL0797-31-8228

