

# ～エクササイズ&ダンス～ ラテン・シェイプアップ

一人で出来るラテン種目のベーシックステップ応用の**エクササイズ&ダンスで、スタイルUP!**



社交ダンス未経験の方はもちろん、  
ダンスのたしなみがある方にはラテンのシャドウカUPに最適な講座です。  
講師実績（北海道保健看護大講義・札幌市男女参画センター事業講師、等）のある  
Attitude姿勢セミナーやTherapyの内容も盛り込み、美と健康をお届けします♪

◆水曜日◆

（月4回）

・10:00～11:00  
3,000円/月

◆木曜日◆

（月4回）

・14:00～15:00  
3,000円/月

気軽にトライ ◆ビジターLessonもございます◆

1,300円/1回 都度お受けいたします。

～見学自由・無料～

講師・インストラクター：杉山 美紀

公益財団法人 日本ボールルーム連盟 会員

北海道プロダンスインストラクター協会 プロフェッショナルダンス教師

一般財団法人 江別市スポーツ振興財団 認定登録インストラクター



[ 問い合わせ：申込み ] 江別市民活動センター・あい

〒069-0813 江別市野幌町 10 番地-1 イオンタウン江別 2F

TEL:011-374-1460 FAX:011-374-1461 E-メール:info@center-i.jp