

ジャズダンススクール

(対象:中学生以上)

曲に合わせた振り付けを存分に楽しみたい方は、是非このスクールで！！リズムに合わせて、みんなでかっこよく踊りましょう！ストレス発散にも効果的！

日時

毎週土曜

18:15～19:30 (75分)

月4回実施いたします。具体的な日程は専用カレンダーでご確認をお願いいたします。

参加費

月会費 ◆会員・・・7,920円 (税込)
◆一般・・・9,020円 (税込)

※登録手数料1,100円 (税込) および
会員カード発行料1,100円 (税込) がかかります。

実施場所

セントラルウェルネスクラブ24前橋 2階Bスタジオにて

持ち物

動きやすい服装、シューズなど

その他汗ふきタオルや、水分補給用の水筒などがあればベストです。

担当
コーチ



阿部コーチ

生活習慣でなまってしまうカラダ。踊りながら内側からきれいになりますか？

1回体験もWELCOMEです！
※税込500円、TELにてご予約ください！

申込み
方法

クラブ受付で入会手続きをお願いいたします。
月単位でのスタートとなります。(月末までに手続きすれば翌月からスタート)
(月会費2か月分、登録手数料1,100円、取扱銀行の口座番号、届出印)

●こんな方にオススメ！

シェイプアップしたい方、音楽に合わせてダンスを楽しみたい方、ストレス発散したい方、etc...

●こんな効果が！

ジャズダンスは普段動かさない筋肉を使うので、腕や腰、太ももなど、気になる部分が自然と引き締まります。簡単な動きとステップだから、誰でも踊ることの楽しさを味わうことができ、かつ効率よくシェイプアップできるというメリットも。ストレス発散効果も期待できる、楽しいダンスプログラムです。

(一般の方の施設利用について) 練習前30分前からチェックイン可能、練習45分後までにチェックアウトをお済ませください。
一般の方の施設利用はジャズダンス実施のBスタジオ、及びロッカー・スパエリアのみとなります。時間を過ぎますと時間外利用1,650円必要です。