

# SSKスポーツスクール(味舌体育館)

## NEW ZUMBA GOLD®

2026年度

ZUMBA  
GOLD®

- ◆講師 浜本 つかさ 先生
- ◆実施日 毎週金曜 9:30~10:30(60分)
- ◆対象 16歳以上
- ◆定員 30名
- ◆参加料金 4,500円(税込) / 1期9回制  
体験料:300円※初回のみ、見学は無料
- ◆持ち物 ◎運動できる服装 ◎屋内用シューズ  
◎タオル ◎水分補給できるもの



味舌体育館公式LINE

〒566-0023 摂津市正雀1丁目1番6号

摂津市立味舌(ました)体育館

電話:06-7507-2746

【指定管理者 (株)エスエスケイ】

Sports Co-Creation

### 【スクール内容】

フィットネス初心者やダンス初心者、ケガのリハビリをしている方などを対象としたプログラム。動きの繰り返しが多く、急な方向転換も少ないため、ダンスが苦手な方にもわかりやすい内容です。バランス能力向上にも◎

# 令和8年度 **NEW** ZUMBA GOLD®教室開催日程

金曜日 9:30～10:30 対象：16歳以上

会費（1期9回制）：4,500円/期

期/回	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1期	4月3日	4月10日	4月17日	5月8日	5月15日	5月29日	6月5日	6月12日	6月19日
2期	7月3日	7月10日	7月17日	7月31日	8月7日	8月21日	9月4日	9月11日	9月18日
3期	10月2日	10月9日	10月16日	10月30日	11月6日	11月13日	11月20日	12月4日	12月11日
4期	1月8日	1月15日	1月29日	2月5日	2月12日	2月19日	3月5日	3月12日	3月19日

# SSKスポーツスクール(味舌体育館)

## NEW ZUMBA® (朝)

2026年度

- ◆講師 浜本 つかさ 先生
- ◆実施日 毎週金曜 10:45~11:45(60分)
- ◆対象 16歳以上
- ◆定員 30名
- ◆参加料金 4,500円(税込) / 1期9回制  
体験料:300円※初回のみ、見学は無料
- ◆持ち物 ◎運動できる服装 ◎屋内用シューズ  
◎タオル ◎水分補給できるもの

ZUMBA®



味舌体育館公式LINE

〒566-0023 摂津市正雀1丁目1番6号

摂津市立味舌(ました)体育館

電話:06-7507-2746

【指定管理者 (株)エスエスケイ】

Sports Co-Creation

### 【スクール内容】

ラテンミュージックを中心に、世界中の様々な音楽に合わせてエクササイズするダンスフィットネス。まるでパーティーのように楽しみながら高いフィットネス効果が期待できます♪  
運動不足・ストレス解消に！

# 令和8年度 ZUMBA®教室（朝）開催日程 NEW

金曜日 10:45~11:45 対象：16歳以上

会費（1期9回制）：4,500円/期

期/回	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1期	4月3日	4月10日	4月17日	5月8日	5月15日	5月29日	6月5日	6月12日	6月19日
2期	7月3日	7月10日	7月17日	7月31日	8月7日	8月21日	9月4日	9月11日	9月18日
3期	10月2日	10月9日	10月16日	10月30日	11月6日	11月13日	11月20日	12月4日	12月11日
4期	1月8日	1月15日	1月29日	2月5日	2月12日	2月19日	3月5日	3月12日	3月19日