

第2回 ~ディスコダンスで誰でも簡単に楽しく運動~ 健康ディスコ教室

2026
1/19(月)



参加費
1,000円
から



講師：ちびゆり 氏

バーデパーク
ウェルネスホール

スペシャルゲスト

DJ



Yuuuki 氏

サックス



祐川 慧樹 氏

三味線



八月朔日 健太 氏

ピアノ



華子・ヘンティ 氏

前回の様子



詳 細

会 場：バーデパーク ウェルネスホール

参 加 費：1,000円※保険料込み
2,500円（ランチ付き）

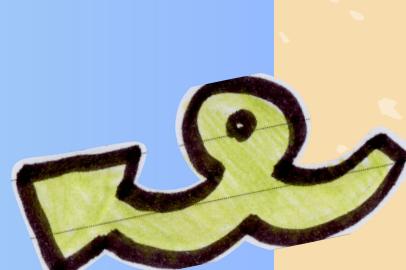
ランチ付きの
お申込締切は
1/12(月)
までです。

定 員：先着60名

持ち物：運動靴、タオル、動きやすい服装

タイムテーブル

- 10:00 オープン&受付&DJタイム
- 11:00 健康ディスコ教室スタート
- 12:00 休憩&ランチ&DJタイム
- 13:00 ミニコンサート&スペシャルコラボ
- 14:00 終了



イスに座りながら、誰でも
簡単に出来る運動を行います。

お申込みは
お電話または
QRコードから

〒039-0802
青森県三戸郡南部町大字苦米地字上根岸73-1
☎0178-84-2850

