

ダレデモ！
楽しく！！
運動不足解消！！

ダンス未経験者大歓迎！！

高齢者の為の全く新しいダンスプログラムを開発

SAM プロデュース 「アクティブシニアクラス」 開講決定！

9月〇日（木）スタート！！

毎週木曜日 13：00～14：30

※要予約・先着30名様

初回はSAM本人の 直伝レッスン！！

TV や新聞でも大反響！！アクティブシニアダンスクラスが遂に目黒で始まります！SAM プロデュースによる高齢者の方々が無理なく楽しめるプログラムです。体力に自信が無い方や飽き性でなかなか運動が続かない方でも大丈夫です！医師や理学療法士の監修のもと安全性と運動性を兼ね揃えたプログラムです。ぜひこの機会にダンスのある生活を初めてみませんか？

