

令和3年度

南陽市民体育館フェスティバル

# MEGADANZ 体験会

RADICAL FITNESS

11/27 **土** 10:00~11:30 (受付 9:30~9:55)

MEGADANZ® (メガダンス)とは世界の様々なダンスジャンルを集結したフィットネスプログラムです。シェイプアップ、柔軟性向上、リフレッシュなどのフィットネスにおける運動効果はもちろん、あらゆるダンスの振付を習得する喜び、何よりも最高のミュージックと相まって、時間を忘れ非日常の空間の中で、まさにメガ(大きな)級の楽しさを提供できるプログラムです。詳細はラディカルフィットネスジャパンの公式ホームページをご覧ください。

ラディカルフィットネスジャパン  
公式ホームページ

メガダンス

詳細はHPでチェック!



**会場** 南陽市民体育館 1階 サブアリーナ

**定員** 先着30名

**参加対象** 中学生以上で運動ができる方。(市外の方も申込可。)

**参加申込** 下記いずれかの方法で11月24日(水)まで申込みください。

①電話又は体育館窓口にて氏名・年齢・住所・電話番号をお伝えください。

②QRコードから必要事項を入力してお申込みください。

申込フォーム QRコード

<https://forms.gle/gSike9phHG42B4xb9>



**講師**

なりた ゆか  
成田 雪華氏

ラディカルフィットネス

MEGADANZ® (メガダンス)

オフィシャルトレーナー

**持ち物** 動きやすい服装・室内用運動シューズでご参加ください。

必要に応じて汗拭きタオル・給水ドリンクをご持参ください。

※運動に支障がない場合を除き、マスクの着用にご協力ください。

**その他** 体調が優れない方や新型コロナ感染が疑われる方は参加をご遠慮

いただきます。また、今後の新型コロナ感染症拡大状況に応じて

中止する場合がございます。

主催 一般社団法人南陽市体育協会 共催 南陽市教育委員会

《お申込・お問合せ》 南陽市民体育館 TEL (49) 2600

参加料  
無料