

リモートで全国に広げよう！ 地域スポーツの輪

令和3年度スポーツ庁補助事業

楽しいダンス系エクササイズを現場から中継配信します。

自宅で、家族やご近所さんと一緒に受けて

総合型クラブや公民館、地域や職場など Wi-Fi 環境を活用して
サテライトクラスを設営いただいても OK

リモート受講は無料 (先着 100 名) コロナ禍だけど、全国の地域、
人、グループをつなぐ楽しいこと！徳島県の総合型クラブから！



ハワイアンフラエクササイズ

日時：毎月第2・4木曜

※9月は第2・5木曜 期間2021年8～2022年1月

14 時30分～約 60 分



<現場クラス会場：キョーエイ鳴門駅前店4階>

■参加費：一般1000円・年会員500円

■服装：裸足で OK. パウスカート貸出あり

■指導：中山真代 (わけべのりこフラスタジオ)

※新型コロナウイルス感染対策として、場内では低濃度オゾン発生器エアネスを複数配備し、マスク着用を参加者をお願いしています。



ZOOM 設定 ミーティング ID: 2121217610 パスワード: 不要

※公民館の大画面などでサテライト受講歓迎ですが ZOOM の操作・設定は各自でお願いします

Zumba®なるちゃんサークル IN 阿南

日時：毎月最終土曜日

19 時～60 分 期間2021年8～2022年1月

<現場クラス会場：阿南市うみてらす北の脇>

■参加費：500 円 入場の際、お支払いください。

■持参物：シューズ、タオル、着替えと補給用水分

■小学生未満無料 ■服装：T シャツ、

パンツ、フィットネスシューズ

■指導：中川元太 <協力> 阿南市スポーツ振興課



主催：(一社) NICE 鳴門市撫養町小桑島字前浜 23 キョーエイ鳴門駅前店4階 LINE 公式@[@nice7610]

リモートであら、できちゃった！



自宅で！家族と一緒に

遠く離れた友人や家族も同時にリモートして元気を確認！
楽しくてカラダにいい時間を共有



スマホやタブレットでどこでも



職場や各種施設で

介護施設や病院の待合室などで
放映しても OK！



離れた地域の方とも交流活性

コロナ禍が明けたら
お互いの地を訪問して
観光ツーリズムに
つなげたいですね！

サテライトクラスを開設

公民館や、地域クラブにて、
小グループでのサテライトを設営して
地域コミュニティ活性化と
運動不足解消に

四国鳴門から全国へ・・・小さなクラブだからできること
NICE は地域でがんばる専門家たちと提案し続けます



@nice7610

公式 LINE



@wsa7586u

アウトドア専用 LINE



SUP やカヤック、
トレイルウォーク
サイクリング情報専門



Instagram

公式インスタグラム



facebook

公式フェイスブック



Nice

公式 HP
「NICE7610」で検索

一般社団法人 NICE

鳴門市撫養町小桑島字前浜 23
キョーエイ鳴門駅前店 4 階
(JR 鳴門駅前)