

國立中央大學 Zumba 舞蹈社 社團

風靡全球有氧瘦身運動 Zumba 注重的是娛樂性，融合各種舞蹈又能鍛鍊心肺，娛樂性十足跳起來又很過癮，一堂 60 分鐘的課程中，會有將近 20 首的舞曲，只要盡情地跟著老師手勢及動作舞動，就能達到大量流汗及減肥的效果。

聯絡人：課務組張銓任(57168)

joey@ncu.edu.tw

指導老師：林業力老師

社團集社(活動)時間:每週二，中午 12:00—13:00

收費方式：1200~1800(依實際上課堂數收費)/學期

