

# 韓国語でエアロビック

— 運動しながら、韓国語にも自然に触れる —



丁寧にゆっくり  
教えてもらえるので  
達成感も得られる!

心も体も  
元気になる  
プログラムで  
満足!

같이 춤추자!  
(一緒に踊ろう!)



受講者  
平均年齢  
50代前半!

とても  
楽しかったので  
また受講したい!

講座内容  
イメージ動画は  
こちらから▶



## 「運動も語学も、一緒に楽しめる 60 分。」

汗をかきながら、自然と韓国語に触れる新感覚フィットネス。

2025年度より玉川大学エアロビックチームのコーチを務めるリー・キュンホによる特別クラスです。

本講座は、大人向けのエアロビクス・フィットネスクラスです。音楽に合わせて体を動かしながら、効率よく有酸素運動を行い、基礎的なエアロビックのルーティンを楽しく習得していきます。

さらに、韓国人インストラクターによる指導のもと、音楽と動きに合わせて、韓国語のフレーズを自然に体感できます。

「運動したい」「リフレッシュしたい」「韓国語に触れてみたい」そんな方におすすめの、明るく前向きな時間です。初めての方でも安心して参加できる内容となっていますので、ぜひお気軽にご参加ください。

### 基本情報

日程: 全10回

10月7日, 10月14日, 10月21日, 10月28日,  
11月4日, 11月11日, 11月18日, 11月25日,  
12月2日, 12月9日

時間: 水曜日 10:00~11:00

会場: 学校法人玉川学園 記念体育館4F 演習室

受講料: 25,000円(税込)

定員: 10名程度 \*お申し込みは先着順です。

### 講師

リー・キュンホ (Lee Kyungho)

玉川大学エアロビックチーム コーチ

主な実績

- ・韓国エアロビックナショナルメンバー (2008-2017)
- ・FIG エアロビック世界選手権 優勝 (複数回)
- ・アジア選手権 優勝
- ・スズキワールドカップ 優勝



楽しく続けられる有酸素運動で体力向上  
音楽に合わせた動きでリフレッシュ効果  
自然に韓国語に触れられる  
世界トップレベルの指導を体験できる

対象: 健康で運動が可能な方  
(初心者歓迎)

申込締切: 9/25(金)

受講料振込期日: 9/28(月)

開催可否連絡: 9/30(水)

お申込みはこちら

<https://www.tamagawa.ac.jp/tad/tadl/workshop.html>



■お問い合わせ

玉川アスレチック・デパートメント(TAD)

電話: 042-739-8189 メール: tad\_office@tamagawa.ac.jp

