

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, 12月16日, 1月13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: 10/14(水)

受講料振込期日: 10/15(木)

開催可否連絡: 10/16(金)

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

