

● 開講計画 ● （全3回／各90分）

● 受講料 ● 2,400円（3回講座）

● 定員 ● 18名

回	日付	曜日	13:15～14:45
1	9/8	火	基本のステップと曲の習得
2	9/29	火	
3	10/13	火	

のんびり楽しく初めてのフラダンス

フラは心地よいハワイアンソングを聞き、リラックスして心身共に癒されます。アットホームな雰囲気でも初めての方も安心してご参加いただけます。また、年齢に関係なく、ご自身のペースで踊れますのでご安心ください。

3回講座で簡単な曲をマスターします。

運動不足、美容と健康にと一緒に楽しみましょう!!

講 師 本学人間関係学部卒業生

シバタ ユカ
柴田 由佳

受講上の注意、受講日に持参するもの

動きやすい服装、水分補給飲料、タオル、筆記用具