

田園都市カルチャー&健康スポーツセンター

フラダンス

第1・第3金曜日

13:00~14:10 70分

月2回 3300円

丁寧にストレッチから始め、基本のステップやハンドモーションをじっくり練習した後、クラスの後半には課題曲を踊ります。

踊りをやったことがない方、運動が苦手な方でもOK!!

年齢・経験問いません。初心者様大歓迎!!

ハワイでは90歳の方も元気にフラを踊っています。

どんな世代でも身体に負担なく踊れるフラダンス。

ハワイアンソングに合わせてゆったりと笑顔で楽しく身体を動かしましょう!

担当講師：Yukino

Aloha!

はじめまして。私は現在もマウイ島のフラの師匠から直接指導を受け、更なるステップアップを目指し、修行を続けています。フラを通して皆様の人生が輝くお手伝いのできたらと思っています。

是非一緒にフラを楽しみましょう♪素敵な皆様にお会いできるのを楽しみにしています!



6月は無料体験レッスン実施中!!

持ち物：動きやすい服・パウスカート（なくてもOK）・水分補給用の飲み物・汗拭き用のタオル

お申込み・お問い合わせ：044-854-3771

(田園都市カルチャー&健康スポーツセンター2階受付)