

2023年度定期教養講座
南部地域福祉センター

アロハ楽しいフラダンス

講師紹介

アロハ～

みなさん楽しくフラを笑顔で踊りましょう

基本は笑顔ですニコヤカに明るく皆さんで踊ることです



講師：間路 千恵子

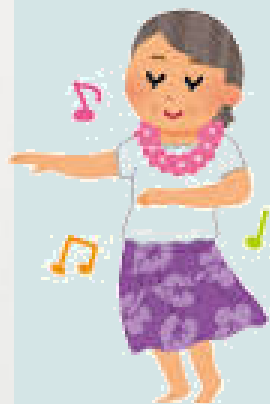
教室内容

第2・第4木曜日 9:30～11:30

初心者でも ゆっくり笑顔で
一步一步進んで行きましょう
とにかく心から楽しいと思える
フラにしていきたいと考えて
居ります。



費用・持ち物



1,000円

飲み物
タオル
基本…裸足

教室の一日の流れ

流れとして 30分間ぐらいの
軽い体操・30分間ぐらいの
フラステップの練習・残りの時
間を曲に合わせたダンスの練習
です。

