

～未経験のあなたも、Sall Weダンス?～

ダンススポーツ初心者～初級


目的

ダンススポーツが初めての方でも安心のコース。
楽しく踊りながら仲間づくりと、健康と体力の維持・増進を図ります。



会場 第3体育室
時間 13時15分～14時45分
講師 松尾 宏・陣内 佐智子
対象 原則16歳以上
料金/定員 全12回 7680円/40名

教室カリキュラム(予定)

日程		教室カリキュラム(予定)	
1	4月3日	ラジオ体操(第一) アマルガメーションは裏面に ございます。 	ルンバ
2	4月10日		ルンバ
3	4月17日		ルンバ
4	4月24日		ルンバ
5	5月1日		ルンバ
6	5月8日		チャチャチャ
7	5月15日		チャチャチャ
8	5月22日		チャチャチャ
9	5月29日		チャチャチャ
10	6月5日		チャチャチャ
11	6月12日		チャチャチャ
12	6月19日		総仕上げ

* 内容が予告無く変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

< ご 連 絡 事 項 >

- 伸縮性のある動きやすい服装でご参加ください。
ダンスシューズにはヒールカバーを付けてご入室ください。
- 健康管理は十分注意して無理をしないようにしましょう。
- 『スポーツ傷害保険』に加入しております。教室参加中にケガをされた場合はすみやかに指導員までご報告ください。
- お車での来館はなるべくご遠慮ください。お車で来館される場合、必ず当施設の駐車場(有料)に入れてください。施設付近の道路は駐車禁止区域です。
駐車場の混雑状況により、教室に参加できない場合がございます。