

# 社交ダンス講習会(入門コース)

ダンスを始めてみませんか！

主催：三鷹市ダンススポーツ連盟

ダンススポーツ(社交ダンス)は、誰もが手軽に楽しめる身近な生涯スポーツです。仲間と共に音楽に合わせて身体を動かし、気持ちの良い汗を流してみませんか。もちろんまったくの初心者でも大丈夫です。途中の回からでも参加出来ます。ダンスを始めようと思っている方、少しでも興味のある方、まずは、お電話下さい。



「社交ダンス講習会」は、今後も引き続き継続的に開講の予定です。

日 程(種 目)： 前半30分：体操・運動(マンボ・ジルバ・ブルース) 後半：メイン種目

- ・3月 3日(土) (ワルツ)                      ・3月10日(土) (ルンバ)                      ・3月17日(土) (タンゴ)
- ・4月 7日(土) (チャチャチャ)              ・4月14日(土) (ワルツ)                      ・4月21日(土) (ルンバ)
- ・5月12日(土) (タンゴ)                      ・5月19日(土) (チャチャチャ)              ・6月 2日(土) (オールダンスタイム)

講習時間： 13:00～14:30 (会場利用時間 12:15～14:45)

講 師： 日本ダンススポーツ連盟(JDSF)公認指導員

場 所： SUBARU総合スポーツセンター 1F 軽体操室 (バス停「三鷹市役所前」、「三鷹農協前」下車徒歩5分)

募集対象： 市内及び近郊区市在住・在勤・在学                      人 員： 30名

持ち物： ダンスシューズ(要ヒールカバー)または体育館用運動靴 動きやすい服装で

参加費： 1ヶ月 1,000円(毎月初回に納入ください)

申し込み方法：電話 又は FAX

問合せ・申込み先：羽根田 (電話/FAX 0422-44-1099)                      堀江 (電話/FAX 0422-48-7451)