

# 社交ダンス講習会(初級コース)

**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 : 前半13:00~13:30 準備運動・復習など(ジルバ・ブルース・ルンバ・チャチャチャ他)

(種目) 後半13:35~14:30 メイン種目(ワルツ or タンゴ)

- |                 |                 |                       |
|-----------------|-----------------|-----------------------|
| ・6月 9日(土) (ワルツ) | ・6月16日(土) (タンゴ) | ・6月23日(土) (ワルツ)       |
| ・7月 7日(土) (タンゴ) | ・7月14日(土) (ワルツ) | ・7月21日(土) (タンゴ)       |
| ・8月 4日(土) (ワルツ) | ・8月18日(土) (タンゴ) | ・8月25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)