

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30分：体操・運動（マンボ・ジルバ・ブルース）復習など

後半：メイン種目(ワルツ・タンゴ)

・ 9月1日(土) ・ 9月15日(土) ・ **9月29日(土)** ・ 10月13日(土) ・ 10月20日(土) ・ 10月27日(土)

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、（**9/29は 地下2F 武道場**）

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）