

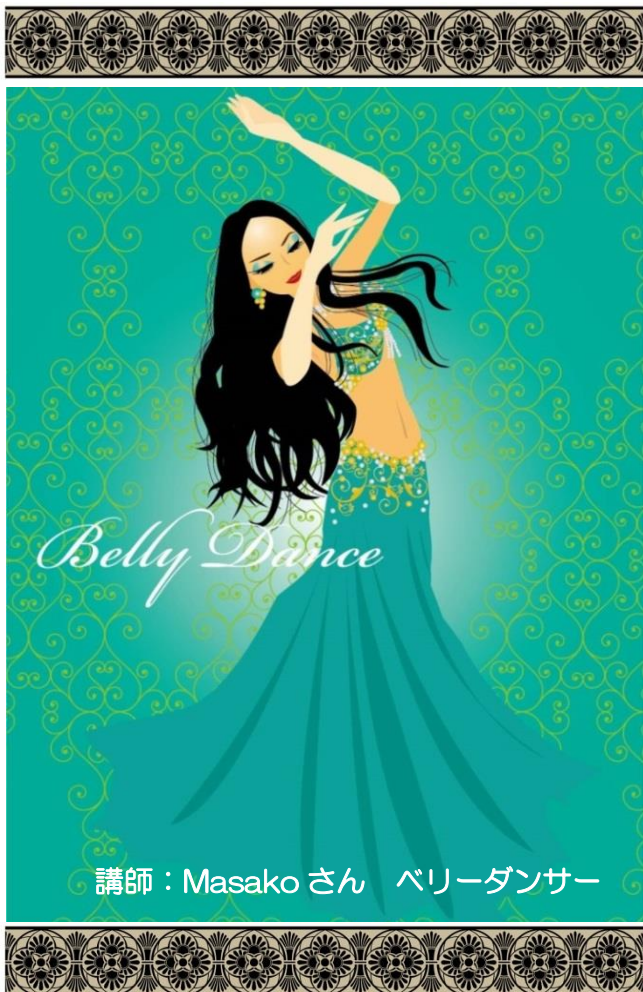
ベリーダンス入門

新しいことにチャレンジしたくなる季節、この春はエキゾチックな音楽に合わせてベリーダンスを踊ってみませんか？

「街のすぐれもの」登録者が講師で、ベリーダンスを全5回で体験できる講座です。



5/29~7/3 毎週金曜日 (※6/12を除く)
午前10時30分~12時 (全5回)



♥♥♥講師からのメッセージ♥♥♥

正しい姿勢でベリーダンスを踊ることで、ほどよくインナーマッスルのついた女性らしい体型をつくっていきます。

- ♥しなやかにボディラインを整えたい方
- ♥ハッピーに気持ちよく踊りたい方
- ♥ベリーダンスをやってみたい方

1曲楽しく踊れるように一緒に踊ってみましょう

【講師】 Masako さん
(街のすぐれもの登録者)

【対象】 18歳以上の女性

【定員】 20人
※超えた場合抽選

【場所】 多目的室

【参加費】 1000円 (5回分)
※裸足で行います