

SQUARE DANCE



スクエアダンス
ビギナー講習会
が始まるよ!!

聞いて、歩いて、頭と身体の体操



スクエアダンスは

アメリカで生まれたフォークダンス。

音楽に合わせて、コーラーという人の指示で、パズルを解くように、頭と身体を使って楽しく踊ります。運動量は約3時間の間に10,000歩以上、散歩よりちょっと早めに歩くだけです。大人から子供まで誰でも楽しめます。

秋にはハロウィーン、12月のクリスマス、2月は節分等イベントも盛り沢山、一度見学に来てください。

健康のために、あなたも始めませんか。

スクエアダンス★第46回ビギナー講習会

日時：2018年9月21日(金)～12月21日(金) 毎週金曜 午後6時～8時45分

***9月21日は、どのような雰囲気かを体験してもらう日です。**

気軽にご参加下さい。そして興味を持ったら是非一緒に踊りましょう。

会場：国分寺リオンホール (JR 国分寺駅0分 Cocobunji プラザ5F) 等

主催：カントリースクエアーズ

参加費：5,000円 (テキスト付き)

講師：日本FD連盟1級指導者 伊藤達彦氏他

連絡先：042-531-3147 伊藤 E-Mail tachan@remus.dti.ne.jp

カントリー HP <http://www.pluto.dti.ne.jp/~manojun/country/> *

直接会場へのお問い合わせはご遠慮下さい。

