

コミュニティふらっと阿佐谷

フライデー ナイト ダンシング!

FRIDAY NIGHT DANCING!



ダンスでリフレッシュ!!
ダンスを始めるのに年齢・経験・性別は関係ありません!
初心者大歓迎! みんなで楽しく踊りましょう!!
どなたでもお気軽にご参加ください。

大人向けのダンスミックスプログラム 「フライデー ナイト ダンシング!」
前半は身体をほぐしてリフレッシュ & コンディショニング、後半は音楽に合わせてダンス
3カ月毎にダンスのテーマが変わるので色々なジャンルの音楽で楽しく踊りましょう!

講師 市川 ともみ 先生

クラシックバレエ、ジャズダンス、ピラティス、ボディコンディショニングストレッチの指導、
子供ミュージカル「かいけつゾロリ」、全国生涯学習フェスティバルの振り付け、
スパリゾートハワイアンズのショー演出、振り付けなど多岐に渡ってご活躍されています。

開催日時 毎月第2・4金曜日 19:00 ~ 20:30

参加費 1,000円 / 回

持ち物 室内用の運動靴・飲み物・タオル
更衣室がございませんので動きやすい服装でお越しください。

新緑の季節

さわやかな風を感じて
楽しく踊りましょう!
明るく心弾む曲で踊って心地よい
汗をかいてリフレッシュ!

お申込み・お問い合わせは、
窓口・お電話で受け付けております。

【コミュニティふらっと阿佐谷】阿佐谷駅北口徒歩約5分

☎03-5364-9360

受付時間:午前9時~午後9時

(第1・3木曜日は休館日になります。)

主催 シダックス大新東ヒューマンサービス(株)



コミュニティふらっと阿佐谷
公式ホームページ
最新情報をご覧ください!

