

西公民館主催 川口市民大学

優雅に楽しく美しく踊ってみませんか？

フラダンス講座

西公民館定期活動団体の皆さんが講師となり、「生きがい・健康」をテーマに、フラダンスを歴史や文化、知識などを交えて学ぶ講座です。

身近な公民館で日ごろの忙しさを忘れて、ゆったりと踊りながら楽しいひと時を過ごしてみませんか？



日程	テーマ
1日目 1月10日(土)	＜フラの歴史と基本ステップ＞ハワイの歴史とアロハの心が生み出した優雅な踊り。その基本の動きと背景を丁寧に解説します。
2日目 1月17日(土)	＜歌詞とハンドモーションの意味を学ぶ＞手の動き一つひとつに意味があるフラ。歌詞に込められた想いをハンドモーションで表現し踊りに心を吹き込みます。
3日目 2月14日(土)	＜フラの癒し効果と表現力を磨くコツ＞優雅なリズムで心を落ち着かせ、ストレスを和らげるフラの癒しの力。楽しく運動不足を解消しましょう。
4日目 2月28日(土)	＜曲の発表とまとめ＞みんなで楽しむ発表会！練習の成果を披露し、曲のまとめを通して成長を実感しましょう。



時間	午後3時から午後5時(受付開始 午後2時50分から)
場所	西公民館 会議室3号 ※原則、全4回のご参加となります
講師	「ロカヒ ケ アロハ」西公民館活動クラブの皆さん
対象	川口市内在住、在勤、在学の18歳以上のかた
定員	20名 (応募者多数の場合は抽選となります)
募集期間	12月6日(土)から12月20日(土)
申込方法	西公民館窓口またはお電話、インターネット(右の二次元コード)でお申込みください ※窓口と電話の受付時間は12月8日(月)・15日(月)を除く、9:00～17:00です。
参加費	無料
持ち物	タオル、飲み物、動きやすい服装でお越しください
お問い合わせ	西公民館 048-251-3600 こちらの二次元コードを読み込んでください→

ご参加お待ちしております！
(^^)



切り取り

西公民館 川口市民大学「優雅に楽しく美しく踊ってみませんか？フラダンス講座」参加申込書

【参加者お名前】

令和 7年 月 日

フリガナ			年齢(該当に○)
氏名			10代・20代・ 30代・40代・ 50代・60代以上
電話	()		
住所	〒 川口市		

※本申込書に記入された個人情報につきましては、本講座以外の目的には使用いたしません。