

# フラダンス教室(入門編)

週末はフラガールになろう!!

フラは子供からお年寄りまで幅広い年齢層で楽しめる踊りです。優雅な動きでありながら運動量の高いダンスなので、美とポティーメイクが期待できます。基礎からの丁寧な指導で対応し、初めての方も大歓迎です。



- 主催： 益田運動公園  
 講師： 宮崎 孝子  
 資格： 中四国ハワイアン協会認定インストラクター  
 日程： 4月20日からの土曜日・全10回  
 時間： 10:30~11:45  
 場所： 益田市民体育館内 大会議室  
 対象： 一般、中・高校生、小学生（保護者同伴であれば高学年から可）  
 定員： 20名程度  
 参加料： 一般：3,000円 高校生以下：1,500円  
 （お試し期間として2回まで無料で体験できます。）  
 保険： スポーツ安全保険は、任意加入と致します。（但し、高校生以下は加入が必要です。）  
 一般 64歳以下高校生まで：1,850円 65歳以上：1,200円 子供：800円  
 （教室活動中や、自宅から運動公園までの往復途中の事故等が対象となります。）  
 ※保険に加入されない方は、各自の保険等で対応して頂く様お願い致します。  
 携行品： Tシャツ、タオル、スカート、飲料水  
 その他： ① 活動中の画像等を当該事業の報告書・広報等に使用させていただく場合がありますのでご了承ください。又、個人情報につきましては当教室においてのみ使用させていただきます。  
 ② 開設後、諸事情により参加の継続が難しくなった場合は、開催回数に応じて参加料を返金いたしますので、体育館事務室まで申し出て下さい。  
 ③ 益田市民スポーツ教室に関してご意見、ご要望等（開催種目、回数、時間等）がありましたらお聞かせ下さい。  
 益田市民体育館 Tel 23-6283 E-mail: [undou-k@iwami.or.jp](mailto:undou-k@iwami.or.jp)  
 またホームページもご利用下さい <http://masuda-undoukouen.com/>

＜日程＞（日程は、変更となる場合がありますのでご了承下さい。）

回数	月	日	時間	会場	回数	月	日	時間	会場
1	4	20	開講式 10:30~11:45	市民体育館 大会議室	6	6	15	10:30~11:45	市民体育館 大会議室
2	5	11	〃		7		22	〃	
3		18	〃		8	6	〃		
4		25	〃		9	7	13	〃	
5	6	8	〃		10	20	10:30~11:45 閉講式		