

# 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、美とポデ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  
 日 程： 4月22日からの土曜日・全10回  
 時 間： 10:30~12:00  
 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： 3,000円（子供は1,500円）  
 保 険： スポーツ安全保険は、任意加入と致します。



保険料： 一 般 64歳以下：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ようお願い致します。

携行品： Tシャツ、タオル、スカート、飲料水

その他： ① 受付けでご記入頂いた個人情報、教室運営の目的のみで利用させて頂きプライバシーの保護には、十分配慮致します。

② 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

③ 教室の日程や活動風景等の情報ブログとして「益田運動公園スポーツネット」を開設しております。（携帯からも見る事が出来ます。） URL <http://blog.goo.ne.jp/sport-s/>  
 またホームページもご活用下さい <http://masuda-undoukouen.com/>

④ 活動中の画像等を当該事業の報告書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。

＜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
1	4	22	開講式 10:30~12:00	市民体育館 大会議室
2	5	6	〃	
3		20	〃	
4	6	3	〃	
5		17	〃	

回数	月	日	時 間	会 場
6	7	1	10:30~12:00	市民体育館 大会議室
7		15	〃	
8		29	〃	
9	8	5	〃	
10		19	10:30~12:00 閉講式	