

シニアの歌謡曲でフラダンス



フラダンスで健康増進・姿勢改善・足腰強化！！
フラダンスのステップで、
日本の歌謡曲を口ずさみながら、楽しく踊ってみませんか！！



主催： 益田運動公園
 講師： 大畑 匡子
 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12日からの金曜日・全10回
 時間： 15:00～16:15
 場所： 益田市民体育館内 大会議室
 対象： シニア
 定員： 20名程度



参加料： 一般： 3,000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。

保険料： 一般 64歳以下1,850円 65歳以上：1,200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、飲料水（パウスカートはお貸しします。）

- 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、開設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

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
1	4	12	開講式 15:00～16:15	市民体育館 大会議室
2	5	10	〃	
3		24	〃	
4	6	14	〃	
5		28	〃	

回数	月	日	時間	会場
6	7	12	15:00～16:15	市民体育館 大会議室
7		26	〃	
8	8	9	〃	
9		23	〃	
10	9	13	15:00～16:15 閉講式	