



# フラダンス教室

フラダンスの手の動き足の運びは、歌詞の意味を表したり気持ちを表現したりする動作です。体を動かすことで穏やかな心になり、フレイルの予防にもなります。

期 間 : 8月2日(金)~11月13日(金) 13:00~14:30 (全10回)

場 所 : サンシティホール 2階 トレーニング室

講 師 : 伊藤 亜砂美先生 kimiyo Hula Halau(塚口校インストラクター)

対 象 : 40歳以上の伊丹市民

募集人員: 20名(申し込み多数の場合は抽選)

受講料 : 5,000円(別途保険料110円)

締切り : 令和6年7月25日(木)必着

申込方法: 往復はがき又はFAX(072-785-2461)に 教室を明記の上 氏名、住所、年齢、電話番号(FAX番号)を記入して下記まで  
e-mailでも申し込み出来ます(メールアドレス sunhall@bca.bai.ne.jp)

※ 動きやすい服装、汗拭きタオル、飲料水、筆記具をご準備ください

問合せ先: 〒664-0023 伊丹市中野西1-148-1

サンシティホールフラダンス教室係 (072-783-2350)

8月	2日	30日	
9月	6日	20日	27日
10月	4日	11日	18日
11月	1日	15日	

(日程については変更もありえます)