

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7日(金)～9月11日(金) 13:00～14:30 (全5回)

場 所： サンシティホール 2階 多目的室1, 2

講 師： 伊藤 亜砂美先生 Hura Studio PUMEHANA(主宰)

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： 2,500円(別途保険料110円)

締切り： 令和8年7月24日(金)必着

日程表			
8月	7日	14日	21日
9月	4日	11日	
10月	2日	9日	23日
11月	6日	13日	

(日程については変更もありえます)

申込方法： 往復はがき又はFAX又はe-mail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

※ 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

電話:072-783-2350

FAX:072-785-2461

e-mail:sunhall@bca.bai.ne.jp