



～ウェルネス&アンチ・エイジング応援プログラム～



2008 文体友の会
スポーツ&カルチャー

スポーツダンス教室

初めての人でも楽しく、綺麗に踊れるように指導員が皆様と実際に踊りながらダンスの基本を楽しく指導いたします。

【講習内容】

- ☆健康のために…
- ☆ちょっと体を動かしたい…
- ☆綺麗なドレスを着てみたい…
- ☆ちょっとダイエットに…
- ☆いつか上手になってダンスの競技会へなど…
- 一人でも、友達同士でも、ご夫婦でも奮ってご参加ください。

【開催曜日】火曜日

【開催日】4月 8日.15日.22日

5月 27日

6月 10日.17日.24日

7月 1日.15日

【開催時間】19:00～21:00

【参加対象】18歳以上

【募集人数】30人

【参加料】4,500円 ※傷害保険料を含む

【持ち物】運動しやすい服装、運動靴(室内履き)またはダンスシューズ

【会場】平沼記念レストハウス(4号室)

【締切】定員になり次第締め切らせていただきます。

【申込方法】本館備え付け「教室応募用紙」、お電話にてお申し込みください。 インターネットからもお申し込みいただけるようになりました。

「スポーツダンス教室」係

☆お電話でお申し込みの場合☆

①参加希望教室名 ②参加者氏名 ③電話番号をお知らせください。

横浜文化体育館 TEL:045-641-5741

【講師】横浜市ダンススポーツ連盟所属・公認指導員

【注意事項】※健康状態に不安がある方は、あらかじめ医師の許可を得てからお申し込みください。

※教室は、応募状況によって、開催されないことがあります。

なお都合により開催日が変わる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

※参加料のお支払いは、教室開始前に直接現金で、当館事務室までお願いします。
(払込み後の返金は原則いたしませんので、あらかじめご了承ください。)

【アクセス】

京浜東北・根岸線 関内駅南口より徒歩5分

横浜市営地下鉄 伊勢佐木長者町駅 2番出口より徒歩5分

