

令和6年度 市民講座

講座名	親子でTry！ Let's Dance！		
講師名	梶 ちか子	日時	第4水曜日 18:00～20:00(うち18:00～19:15)
		会場	3階スタジオ
紹介文	※募集チラシに掲載する簡単な紹介文をお願いいたします。(40文字程度) 簡単な動きをベースに、音楽に乗せて、楽しく身体を動かします。初心者向け講座です。		

日程	場所	講座内容	持参品/材料費等
6月26日	スタジオ	ウォーミングアップ(Exseed)、ストレッチ、ロックのリズムのダンス①	動きやすい服装、体育館シューズ、水分
7月24日	スタジオ	ウォーミングアップ(Exseed)、ストレッチ、ロックのリズムのダンス②	動きやすい服装、体育館シューズ、水分
8月28日	スタジオ	ウォーミングアップ(Exseed)、ストレッチ、ヒップホップのリズムのダンス①	動きやすい服装、体育館シューズ、水分
9月25日	スタジオ	ウォーミングアップ(Exseed)、ストレッチ、ヒップホップのリズムのダンス②	動きやすい服装、体育館シューズ、水分
10月23日	スタジオ	ウォーミングアップ(Exseed)、ストレッチ、コンテンポラリーダンス①	動きやすい服装、体育館シューズ、水分
11月27日	スタジオ	ウォーミングアップ(Exseed)、ストレッチ、コンテンポラリーダンス②	動きやすい服装、体育館シューズ、水分
12月25日	スタジオ	ウォーミングアップ(Exseed)、ストレッチ、発表に向けての練習	動きやすい服装、体育館シューズ、水分
1月22日	スタジオ	ウォーミングアップ(Exseed)、ストレッチ、発表に向けての練習、成果発表会	動きやすい服装、体育館シューズ、水分

スポーツ保険料：大人 1,850円/年 子ども 800円/年の納入が必須

■で塗りつぶされている日程は基本的な日程と異なっております。

※日程・開講回数などは変更する場合があります。

注意事項：時間厳守でお願いします。欠席される場合は講師へ早めに連絡してください。

【2025年3月に講座発表会を開催予定です。】