

はじめての <全6回> ベリーダンス

『ベリー』とは『お腹』という意味だをご存じでしたか？
お腹や腰の特徴的な動きから、西洋世界で『ベリーダンス』
と名付けられました。

力を抜き、リラックスした状態で身体を動かすので、身体に
負担をかける心配も少なく、年齢に関係なく、運動やダンス
経験がない方でも安心して踊れます。

この講座で、あなたもベリーダンスを始めてみませんか？

●日時●

6/1、15、7/6、20、8/3、17
(毎月第1・3火曜日) 19:00~21:00

- 対象● 成人女性 15人
- 場所● 西部生涯学習センター 2階軽運動室
- 講師● 池滝瑞穂さん (ベリーダンサー、インストラクター)

<経歴> 幼少より学生時代は機械体操を経験。

2003年 ベリーダンス界のパイオニア、海老原美代子と出会う。

同年、よさこいチーム於天羽の振付を担当。

2010年 講師となり静岡県中部、東部にて活動。

- 会費● 2,000円

- 申込● **5/11(火)14:00~ 電話受付開始 (申込順)**

西部生涯学習センター (054-255-3960) へお申込みください。

【お申込み・お問い合わせ】

静岡市西部生涯学習センター (指定管理者 公益財団法人静岡市文化振興財団)

〒420-0068 静岡市葵区田町3丁目46-5 TEL: 054-255-3960/FAX: 054-255-9158

■ホームページ■ <https://sgc.shizuokacity.jp/>

■フェイスブック■ <https://www.facebook.com/shizuoka.sgc>

■ツイッター■ 【@shizuoka_sgc】 https://twitter.com/shizuoka_sgc