

初心者のための <全8回> 楽しいベリーダンス講座

『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

7/7～8/18（毎週火曜日） 13:30～15:30
および 8/23（日） 10:30～12:30

- 対象 ● 女性 15人
- 場所 ● 西部生涯学習センター 2階ホールおよび軽運動室
- 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 ● 3,500円
- 申込 ● ただいま申し込み受付中！！（申込順）

電話で西部生涯学習センター（054-255-3960）へどうぞ。

【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