



全5回

社交ダンス入門

入門

ダンスを始める方のために、パーティーダンスを踊りながらダンスの基本を学びます。

美しく踊るための姿勢、歩き方、リズムのとり方など織り交ぜながら簡単なステップを音楽に合わせて踊りましょう！

入門として、ジルバ、ブルース、ワルツ、タンゴを取り上げます。



講師 たかはし ひろあき
高橋 宏明

JBDF 元プロラテンアメリカン A 級 / (公財) 日本ボールルームダンス連盟 東部総局理事・審査員

1回目 ジルバ・ブルースの基礎

1/11 ダンスのマナーについて

2回目 ワルツ・タンゴの基礎

1/18 2人で組んで踊る

3回目 1~2 回目の復習

1/25 リズムの取り方について

4回目 1~3 回目の復習

2/1 バランスの取り方について

5回目 ダンスパーティー

2/8 ダンス音楽にのって楽しく踊る

いずれも**木曜日 19時~20時50分**

ダンスが踊れると楽しみながら美容と若さが保てます！

企画運営 「千代田ダンスクラブ」サークル

会場 九段生涯学習館

対象 20歳以上の千代田区在住・在勤・在学の方

定員 20名/男女各10名(締切り後、抽選の上、ハガキでご連絡) 参加費 2,500円(全5回分)

申込み 12月20日(水)17時までに、電話、ファックス、またはホームページより、九段生涯学習館まで

ファックスの場合 講座タイトル/氏名(ふりがな)/郵便番号・住所/電話番号/年齢/在勤・在学の方は勤務先・学校名を記載

- ◆お子さまの同伴はご遠慮いただいております。
- ◆天候や交通機関の運行状況およびその他の事情により、講座が中止、変更になる場合がございます。
- ◆ご本人さま以外の参加はお断りいたします。

九段生涯学習館ホームページはこちら！

