

祝祭の舞/ ベリーダンスで元気になろう!

年齢や経験に関係なく、誰でも無理なく楽しめるベリーダンス。
オリエンタルな曲に合わせて楽しみながら心身をリフレッシュしましょう♡
基本の動きを学びながら、簡単な振り付けで1曲踊る事にチャレンジします♡

第1回 10月17日 ベリーダンスの動きにチャレンジしよう

第2回 10月24日 ベリーダンスを1曲踊ってみよう①

第3回 11月7日 ベリーダンスを1曲踊ってみよう②

全3回 いずれも火曜日 19時～20時30分

【会場】九段生涯学習館

【対象】18歳以上の千代田区在住・在勤・在学の方

【定員】20名（締切後、抽選の上、書面でご連絡）

【参加費】1,000円（全3回分）

【申込み】10月5日（木）21時までに電話・FAXまたはHPより九段生涯学習館へ
FAX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・在学の方は在勤先・学校名を記載



講師：ナルミヤ

(ベリーダンスインストラクター、ベリーダンス教室主宰)



【人材バンク活用講座とは】

人材バンク登録者が企画した講座を実施し、人材の育成を図るとともにサークル結成など自発的な学習活動につなげる講座

- ◆保険に加入させていただく関係上、ご本人さま以外の参加はお断りいたします。
- ◆お子さまの同伴はご遠慮いただいております。
- ◆お伺いした個人情報、当講座運営のための目的以外には使用いたしません。
- ◆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。

主催
問合せ



千代田区立
九段生涯学習館
こころを育み 明日へつなぐ

〒102-0074 千代田区九段南 1-5-10
電話 03-3234-2841 FAX 03-3262-7460
HP <https://www.kudan-ll.info/>

