

# 楽しく踊ろう健康ダンス教室



中高年の健康づくりにピッタリのダンスです。  
一人踊りが基本なので気楽に踊れますよ！リズムに合わせて楽しくダンス♪ ダンス♪



**場所** 北九州市立 三萩野体育館  
**日時** 2023年4月4日(火)～2024年3月26日(火) (全43回)  
14:00～16:00 毎月 毎週火曜日  
**受講料** 9600円/3ヶ月分 (保険料含む)  
**持参品** 動きやすい服装・上履き・タオル・水分  
**定員** 30名  
**講師** 木村 久美子氏 (公財)日本レクリエーション協会公認上級レクリエーション・インストラクター  
(公社)日本フォークダンス連盟公認レクダンス指導者  
**申込先** 北九州市小倉北区三萩野3-3-1  
TEL 093-921-2801 FAX 093-921-2802  
※ 主催 北九州市レクリエーション協会 共催 北九州市

きりとり

楽しく踊ろう健康ダンス教室 2023年度 三萩野教室

お名前	フリガナ	才	男・女
ご住所	〒		
TEL		FAX	

特定非営利活動法人 北九州市レクリエーション協会

申込先 TEL 093-921-2801 FAX 093-921-2802

# 楽しく踊ろう健康ダンス

毎週火曜日

14:00~16:00 全 43 回 (8月休み)

4月	4・18・25
5月	9・16・23・30
6月	6・13・20・27
7月	4・11・18・25
8月	休 み
9月	5・12・19・26
10月	3・10・17・24・31
11月	7・14・21・28
12月	5・12・19
1月	9・16・23・30
2月	6・13・20・27
3月	5・12・19・26

8800 円

6400 円

9600 円

9600 円