

楽しく踊ろう健康ダンス教室

R5年度



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 ムーフ (北九州市立男女共同参画センター)

日時 2023年 4月4日(火)～2024年3月26日(火) (全42回)
10:00～12:00 毎月 毎週火曜日

受講料 前期: 5,000円/4-6月(10回)、中期: 8,500円/8-11月(17回)
後期: 7,500円/12-3月(15回) (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 15名

講師 木村 久美子氏 レクダンス公認指導者

駐車場 有料駐車場有

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

きりとり

楽しく踊ろう健康ダンス教室 2023年度 ムーフ教室

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 (ムーブ教室)

2023年4月4日(火) ~ 2024年3月26日

毎月 第・1・2・3・4 火曜日
10:00~12:00 全42回

4月	4・18・25	前期 5000円
5月	9・16・30	
6月	6・13・20・27	
8月	1・8・22・29	中期 8500円
9月	5・12・19・26	
10月	3・10・17・24・31	
11月	7・14・21・28	
12月	5・12・19	後期 7500円
1月	9・16・23・30	
2月	6・13・20・27	
3月	5・12・19・26	