

# 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♪

今年度より三萩野教室からアレアス教室へ  
変わりました

**場所** 北九州市障害者スポーツセンターアレアス（2階多目的室）  
**日時** 2024年4月1日（月）～2025年3月31日（月）（全39回）  
11：00～13：00 毎月 毎週月曜日  
**受講料** 800円/回数×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インストラクター  
（公社）日本フォークダンス連盟公認指導者

**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 2024年度 アレアス教室

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

毎週月曜日

11:00~13:00

全 39回



入金日

4月	1・8・22	8000円
5月	13・20・27	
6月	3・10・17・24	
7月	1・8・22・29	8000円
8月	5・19・26	
9月	2・9・30	
10月	7・21・28	8000円
11月	11・18・25	
12月	2・9・16・23	
1月	6・20・27	7200円
2月	3	
3月	3・10・17・24・31	