



川崎こころのケアセンター ダンスプログラム 11月



場所：川崎こころのケアセンター 2階フロア

日時：〈月曜日〉 11月 7、14、21、28日

開催時間：前半の部 17:00~18:30

後半の部 19:00~20:30



持ち物：蓋つきの飲み物、タオル、
動きやすい服装（更衣室あり）

※プログラムは裸足もしくは靴下で行いますが、心配な方は中靴をお持ちください。

参加費：1回 2000円

申し込み期限：前日の21時まで

定員：各10名

プログラムテーマ 【ステップダンスとバランス】

内容：ダンスにはたくさんのステップがあります。

その大体が、実は体幹やバランス感覚を多く使って行っています。

ステップメインのダンスで、それらを鍛えましょう！

歩いたり、足を使うのが楽しくなるかも？

Check!

子供でも大人でも気軽に参加
できる振付をご用意しています！
一緒にダンス、してみませんか？
ご参加お待ちしております♪

申込方法はコチラ↓

メール：info@kawasaki-pcc.com

電話：044-767-0682

講師：yu-ki



プロフィール

玉川大学芸術学部を卒業後、映画やCMなどにダンサー、役者として出演。現在はダンスの個人レッスンなども行っており、ジャンルに縛られない誰にでもできる振りづくりを目指している。