

# ハワイアン フラダンス ピカケ



**活動日時** : 毎週火曜日 19:00~21:00

**活動場所** : 第1研修室

**種別** : フラダンス

**会員数** : 10名 **講師名** : 伊波初美

## 活動内容

40代から70代のピチピチレディーが  
ハワイアンミュージックで心身ともに  
リラックスしながら、ゆったり、時に少し  
はげしく楽しくフラダンスを踊っています。  
色々なゆんたくをしながらみんな仲良く  
健康的に美しく年をとっていきけるように  
のんびり活動しています



## 一言コメント

日常から抜けだしてハワイにタイムスリップ

ストレス解消にもおすすめ!!

頭も体も使うので、同年代の方々よりも

若返る事まちがいなしです

体験レッスンもできるので

一緒に楽しく踊りましょう

