

初めてさん大歓迎！楽しくチャレンジ！

シニアヒップホップダンス

全 7 回 講 座

★ウオーミングアップ（体操）

★基礎ステップ・リズムトレーニング

★振付の練習

★クールダウン

Dance

Dance

Dance

受講料
無料

日 程

11月4日～12月23日（毎週火曜日）
10：30～11：30
※12/16を除く

場 所

ゆらてく 多目的ホール

対象者

概ね60歳以上 **15名**

持ち物：飲み物、タオル

※当日は、動きやすい服装、履物でご参加ください

【お申込み方法】 申込期限：10/23(木) 16：00

- ・お申込みはお電話か申し込みフォームをご利用ください
- ・応募者多数の場合は抽選となります
- ・お申込み期間終了後、受講が決定した方のみにお電話いたします

うるま市生涯学習文化振興センター

ゆらてく ☎098-923-1571



講 師
YUI 氏



申し込みフォーム