【生涯スポーツ教室後期SALSATION®教室】

SALSATION®

主催：飛島村・飛島村教育委員会

日程：令和５年10月～令和６年３月　毎週火曜日

会場：飛島村総合体育館1階スタジオ

募　集　内　容

【対　象】　村内在住・在勤の方　20名
※申込多数の場合は抽選となります。

【参加費】　4,000円
※初回の教室でお支払いください。

【持ち物】　スポーツができる服装・飲み物
タオル・室内シューズ　など

【内　容】　音楽に合わせて楽しく身体を動かすフィットネスダンス教室です。サルセーションインストラクターが指導するので、初心者の方でも安心して参加していただけます。

【講師】森尾　祐子

SALSATION®
BASICINSTRUCTOR

令和元年より飛島村のSALSATION®教室で指導。

※スケジュールの詳細は裏面をご確認ください。

SALSATION®てどんなダンス？

サルセーションは、音楽を感じ、曲の情景を踊りで表現するダンスフィットネスです。どなたでも行える簡単な動きを用いて機能的な身体作りをしていきます。ヒップホップ、ダンスホール、アフリカダンス、ハウスミュージックなど様々な音楽を使いながら、ゆっくりと振付を身体に染み込ませていきます

申　込　方　法

本書QRコードを読み取り、申込してください。

【申込期間】10月１日（日）午前９時から10月15日（日）午後５時まで

【問合わせ】飛島村中央公民館内生涯教育課　0567 - 52 - 3351
月曜休館

【注意事項】
教室中の怪我の応急処置の対応はいたしますが、主催者はその後の責任を負いません。

後期スケジュール					
1	10月24日(火)	19:30～20:30	11	1月16日(火)	19:30～20:30
2	10月31日(火)		12	1月23日(火)	
3	11月7日(火)		13	1月30日(火)	
4	11月14日(火)		14	2月6日(火)	
5	11月21日(火)		15	2月13日(火)	
6	11月28日(火)		16	2月20日(火)	
7	12月5日(火)		17	2月27日(火)	
8	12月12日(火)		18	3月5日(火)	
9	12月19日(火)		19	3月12日(火)	
10	1月9日(火)		20	3月19日(火)	

※予備日　3月26日(火)