

ハワイアンフラ(初心者クラス)

講師 ユミコ レイモミ (フラハラウ アロハレイラニ所属インストラクター)

携帯 090-9628-6829

◆場所⇔ 鴨沂会館

(公益社団法人京都鴨沂会 上京区荒神口寺町東入る荒神町 市バス「荒神口」下車1分)

◆時間⇔ 毎月第2、第4 火曜日 午前10:00~11:30

◆受講料 ⇔ 一回につき1500円 レッスン曲CD作成代金、1曲につき200円
(別途、受講に際して鴨沂会文化教室への入会金3000円が必要です。年会費はかかりません。)

◆服装 ⇔ フラレッスン用パウスカート、Tシャツ、

◆持ち物 ⇔ 汗ふきタオル、水分、筆記用具

◆体験、見学 ⇔ 随時可能 (体験の際、パウスカートの代わりに、お手持ちのフレアースカート等で結構です。又、パウスカートをお貸しすることも可能です。)

簡単なステップからゆっくり丁寧にレッスン致します。

♪レッスンの流れ♪ 軽い準備体操→ 基本のステップ→ 曲に合わせてレッスン



こんな方に~

ご年配の方、ダンス未経験でリズム感や体力に自信のない方、

とにかく何かを始めたい方、ダイエット、アンチエイジング効果も期待できます。

フラを通して... ハワイの歴史、文化に触れ、楽しく身体を動かして運動不足解消、
ハワイの美しい音楽に癒され、ココロもカラダもリフレッシュしましょう



無料体験会開催!

7月23日(火) 10:30~12:30

7月24日(水) 10:30~12:30

初心者限定 定員10名

少しでもフラに興味のある方!

フラガール体験してみませんか?

お問合せ: ユミコレイモミ 090-9628-
6829 又は鴨沂会館 075-231-100