

楽習出前講座（講師編）メニュー一覽

⑦ダンス・舞踊

No.	楽習分野	講座名	内容	楽習講師名
1	社交ダンス	一歩一歩ゆっくり 楽しく、大人も子供も 元気にダンス	初心者から上級者まで35年の経験でわかりやすく指導します。またご年配や子ども、楽しいダンスからテスト競技会まで御指導いたします。 5～10回 90分/回 定員/30人 対象/成人(年配者を優遇)、子ども 教材費/1回500円 その他/靴を用意のこと	井上 千枝子
2	社交ダンス	マンボやジルバで 社交ダンス	家族や友人と楽しくマンボやジルバで運動しましょう。 1回 60分 定員/20人 開催希望日時/水曜日10時30分～11時30分 その他/運動靴(スニーカー)を用意のこと	井上 千枝子
3	社交ダンス	やさしく楽しい 社交ダンス	大脳を刺激する体操で、楽しくリズムを取りながら、基本的なステップをレッスン。 マンボ、ジルバ、ブルース、ルンバ、チャチャ、サンバ、パソ、ワルツ、タンゴ、スロー、クィック。 3回 60分/回 定員/10人 その他/ダンスシューズまたは運動靴を用意のこと	加藤 万里子
4	社交ダンス	元気はつらつ楽しい Lesson	皆様にあった社交ダンスレッスンをいたします。 初めての方から競技選手の方までご要望にお応えし、指導いたします。 1～10回 60～90分/回 教材費/1回あたり500円 その他/ダンスシューズ、運動靴を用意のこと	H&Nダンス アカデミー
5	日本舞踊 (歌謡曲～古典)	日本舞踊	日本伝統文化でもある古典、又楽しみ乍らの歌謡曲などそれぞれ踊りたい曲を教えます。 1回 60分 定員/10人程度まで 開催希望日時/御相談に応じます その他/和服着用のこと	西川 由純 (島田 スミ)
6	日本舞踊 (古典舞踊、 歌謡舞踊、 民謡など)	楽しく踊って着物美人に	やさしい手ほどき曲の練習と着付け。 5回 90分/回 定員/10人 その他/ゆかた・帯等を用意のこと	田沼 富美子 (西川 由美巳)
7	日本舞踊新舞踊	日本舞踊を学ぶ会	日本舞踊を通じて相互の親睦を図り、健康と若さを維持しましょう。 開催希望日時等/応相談 その他/着物、帯、足袋など 日舞に必要なものを用意のこと	若柳 美幸野
8	日本舞踊	(文化庁)伝統文化 日本舞踊手ほどき 親子体験教室	日本の文化財産でもある日本舞踊を通して「嗜み」の一つとして踊りの技術や作法など詳しく指導を行います。 5回 60分/回 定員/5～30人程度 開催希望日時/応相談 教材費/練習用テープ、日本舞踊教本は無料です その他/着物(ゆかたでも結構です)、(足袋)を用意のこと 着物が無い場合洋服でもかまいません	花柳 瀧三郎

No.	楽習分野	講座名	内容	楽習講師名
9	フラダンス	仲間と楽しむフラダンス	癒しの曲に合わせて柔軟体操をしてから、一曲フラを踊ってみます。 1回 60分 定員/10~20人 対象/4歳以上 開催希望日時/月・土 10時~16時の間 その他/動きやすい服装、飲み物持参のこと	Aloha Mauloa 金井 千代子
10	フラダンス	ハワイアンカルチャー フラダンス	最初にフラのステップや手の動きを取り入れた準備運動、その後1曲覚えていただき皆さんと一緒に楽しく踊りましょう。 1回 60分 定員/5人~ 開催希望日時/月・土 10時~16時の間 その他/動きやすい服装、飲み物持参のこと	Aloha Mauloa 金井 千代子
11	フラダンス	ENJOY HULA	いやしの音楽を聴きながら体を動かしてみよう。 ベーシックステップを練習して、一曲踊ります。 楽しいひとときを一緒に！ 1回 60分 定員/20人 その他/動きやすい服装、飲み物を用意のこと	KUKUI HULA STUDIO
12	フラダンス	いやしのフラダンス	1.体操。 2.ベーシック。 3.曲にあわせて踊ります。 1回 60分 定員/20人	Hoaloha Nani フラスタジオ
13	フラダンス	フラダンス基礎講座	フラの基礎レッスン。実際にハワイの音楽を聴きながら、まずは一緒にフラを楽しみましょう！ 1回 60分 定員/10人程度 対象/年少~大人まで、親子参加OK その他/動きやすい服装、飲み物、タオルを用意のこと	Hula O Keolaoka'aina
14	フラダンス	初めてのフラを楽しもう	美容と健康、ストレス解消、ポケ防止、良いことばかりのフラを皆で楽しみましょう。 1回 60分 定員/20人まで 開催希望日時/水曜日(土曜日) その他/運動のできる服装(スカート)	矢澤 敦子 (スカイブルー アロハ)
15	フラダンス	体をきたえ、 心も元気に楽しく踊る フラダンス	元気になる曲や心地よい曲で踊り、楽しさも感じることで心も体もスッキリさせストレス解消もしていきます。 1回 60分 定員/5~10人 その他/パウスカート又はスカート、タオル、飲み物を用意のこと、通常は裸足ですがすべらないようでしたらくつ下可	齊藤 水絵