

# ペアダンスで健康長寿

(伏見区区民活動支援事業)



## みんなで簡単なコミュニケーションダンスを踊ろう！

音楽に合わせて足踏みすることから始める簡単なペアダンス（ワールドスタイルダンス）を講習しながら、音楽に合わせて楽しめます。若い人から高齢者まで楽しめます。

日 時：2020年1月18日（土）午後1時30分から

場 所：伏見区役所 1階ホール（区民交流スペース）

京都市伏見区鷹匠町39-2

参加資格：誰でも参加できます。お一人でも大歓迎です。

## 参加料は無料

服装等：普段着で結構です。靴は履きなれたもので運動靴でも結構です。

講習内容：ワールドスタイルダンスとはヨーロッパで踊られている社交ダンスです。全く初めての方でも楽しく踊れます。街角で普通に流れている曲で踊れます。踊りたい音楽があればCDを持参してください。日本スポーツ協会公認スポーツ指導者などを講師に招いて実施します。

参加方法：当日会場にお越しください。

問合せ先：DHC（ダンスホビークラブ）部長 野本誠一

TEL 090-8981-5382 E-Mail: s-nomoto@mbox.kyoto-inet.or.jp

※この講習は、伏見区区民活動支援事業による補助で実施しています。