2026度リズムに合わせて！
“よさこい”チームみすずが丘

一般の方！どなたでも!(^^)!

＜日時＞
◆12月18日/25日 ◆1月15日/22日/29日
◆2月5日/12日/19日/26日◆3月12日/19日/26日

全12回　金曜日　１５：１０～１６：１０

＜内容＞
鳴子をならし、音楽に合わせ楽しくレッスンします。よさこい踊りは体幹を鍛え、バランス感覚を養う事で、高齢者の転倒防止にも繋がります。表現力や協調性、心身のリフレッシュ、ストレス解消にも効果的です！

＜費用＞
新規：3,800円（12回分・鳴子込）
※継続の方　3,600円
※新規鳴子お持ちの方
3,600円

＜持ち物
運動しやすい服装、シューズ、
タオル、水分





＜募集人数＞
先着２０名（一般の方）

健康で元気に！
鳴子をならして楽しく舞いましょう(^^♪

TEL045－974－0861 FAX 045－974－0862
大場みすずが丘地区センター

お車でのご来館はご遠慮下さい。