

美☆ウォーキング + スタイルダンス



○介護予防の観点からも有効なレッスンです。

○高齢者の方やそのご家族も一緒に参加いただけます。

○動きやすい靴、服装でお気軽にご参加いただけます。

〈美☆ウォーキング〉

日常の歩行を自己観察し、癖や問題点をチェックします。

健やかに、かつ美しいウォーキングを目指します。

〈スタイルダンス〉

日常動作をダンスに変換する「スタイルダンス」のご提案。

身近かな所作が、ダンスへと変わる瞬間を体験しましょう！

〈講師プロフィール〉

タナカ アリフミ

(ダンサー/演出家/介護予防指導士)

ダンサーとしての活動をはじめ、

演出作品を多数手がける。

高齢者向けダンスやウォーキングの

指導を介護施設 やイベントで 実施している。

名古屋モード学園にて、ファッション ショーの演出講義を担当。

日本福祉文化学会会員



※コロナウィルスの影響により当初予定しておりました5/31(日)より変更になりました。

〈日 時〉 2020年9月20日(日) 14:00~15:30 (開場:13:30)

〈会 場〉 江南市民文化会館 1F 展示室

〈受講料〉 1,500円 (税込)

〈定 員〉 30名 ※チケットがなくなり次第受付を終了いたします。

〈対 象〉 18歳以上 ※車椅子のご利用者などお身体が不自由な方は、付き添いをお願いいたします。

〈お問合せ・窓口販売〉 江南市民文化会館 TEL:0587-55-2321

※駐車台数に限りがございます。駐車場でのトラブルについては一切責任を負いませんのでご注意ください。