

# やさしい SOULダンスコダンス

1960～70年代にアメリカや日本で流行した音楽に合わせて踊る  
SOULダンスは、短く簡単なダンスを繰り返して踊るため、  
ダンスが初めての方でも安心してご参加いただけます！

## 3月20日(祝・水)10:00～11:00

- ◆場 所：三田いきいきプラザ 2階集会室C
- ◆対 象：おおむね60歳以上の区民の方  
(医師から運動制限を受けていない方)  
★飲み物、タオルをご持参の上、  
動きやすい服装でお越しください
- ◆費 用：無料
- ◆定 員：20名
- ◆申 込：お電話または直接事務室にて(申込順)  
※定員に達し次第、申込終了いたします



講師  
KAZOO.  
健康運動指導士  
SOULダンス  
インストラクター