



はちせい保健委員会 主催

裏面にもお知らせが
ございます

初登場!

かんたんフラダンス体操

はちせいハートプランに初登場の企画です。

皆さんがご存じの日本の曲に合わせ、ハワイアンダンス“フラ”を一緒に踊りましょう。簡単なステップとフラのハンドモーション(手の動き)を紹介します。

初めての方でも足腰が不安な方でも楽しめるメニューになっています。

ハワイからの心地よい風が吹いてくるかもしれません…アロハ!!

みなさんのご参加をお待ちしております。

開催日時 … 4月27日(土) 午後2時00分～午後3時30分

会場 … 城山病院管理棟1階 組合員スペース

費用 … 無料

講師 … 八王子保健生活協同組合 事務局 大橋 美智代

服装 … 動きやすい服装でご参加ください。タオル・飲み物持参。
(パウスカートをお持ちの方は是非ご持参下さい)

お申し込み

4月26日(金)までに八王子保健生協事務局まで電話でお申し込みください。

電話 042-661-4413 (八王子保健生活組合 事務局)

自家用車でお越しの場合はあらかじめご連絡下さい。

【会場へはシャトルバスが便利です】



-シャトルバス最寄り時間のご案内-

●高尾駅北口シャトルバス発着場発
午後1時20分 午後1時50分

●城山病院発
午後4時10分 午後4時40分

はちせい