

Let's enjoy more dancing

# もっとダンスを楽しもう



## スクエアダンス ビギナーズ体験会

夜の部（時間：19時～21時）

場 所：青森市中央市民センター

開催日：平成30年 4月10日（火）

4月17日（火）

4月24日（火）

昼の部（時間：10時～11時30分）

場 所：青森市民ホール(リンクモア平安閣)

開催日：平成30年 4月12日（木）

4月19日（木）

4月26日（木）

主 催：青森ゆらら スクエアダンスクラブ

連絡先：017-742-6705（石舘 <sup>よし</sup>愛子）

### スクエアダンスとは

アメリカ生まれの大衆文化です。カントリー＆ウエスタンなどの軽快な音楽にのせて、4組のカップルが1セット（8人）になって、Caller（コーラー）の指示（英語）に従って踊るダンス。ステップは歩く動作が基本で、子供や高齢者でも無理なく踊れる、さわやかで楽しいスポーツレクリエーションです。

メタボ防止と  
脳の活性化に最適

体験無料

（当クラブ入会後は、会費：千円/月）

見学自由

体験希望者は、電話連絡の上、ズックなどの上履きを持参してください。

PR動画

検索：スクエアダンス紹介 by 日本SD  
協会次世代育成小委員会

（<https://www.youtube.com/watch?v=fLZ3PTzROi0&t=12s>）