

# 教室体験会開催!

## ★やさしいバリ舞踏エクササイズ

全身の柔軟性を高めインナーマッスルを刺激し、指先までしなやかにバリ舞踊を踊りましょう。

開催日時：4月17日(月) 16:00~17:00

参加料：500円(税込)

講師：岡本 知恵子(パドマ・サリ主宰)



## ★フラダンス

ゆったりとしたハワイアン音楽に合わせて踊るので、運動が苦手な方でも気軽に始められます。優雅な動きで運動不足を解消しましょう。

開催日時：4月19日(水) 19:30~20:30

参加料：500円(税込)

講師：井 久美子

(中四国ハワイアン協会香川支部長 インストラクター)

香川県立武道館TEL：087-821-5125