

定員50名  
事前申込制  
先着順

# 健康ダンス ストレッチ

楽しく振付や身体表現に取り組むクラスです。  
ミュージックやレビュー、ジャズダンスが好きな方に  
オススメです。ダンス未経験の方歓迎！

ダンスが初めての方大歓迎！！

\* 日時(各50分)

○午前の部(月曜日) 11時～

10月 3、17、24、31日

11月 7、14、21、28日

12月 5、12、19、26日

(全12回)

○夜間の部(木曜日) 19時～

10月 6、13、20、27日

11月 10、17、24日

12月 1、8、15、22日

(全11回)

\* 会場 住吉区民センター 大ホール  
(更衣室あり)

\* どなたでも参加可能  
\* 途中参加可能  
\* お休みされても返金できません

\* 受講料

午前 12,000円 夜間 11,000円

(初回にお支払いください。  
お釣りのないようご協力お願いします。)



講師：増田倫子  
(コレオグラファー)  
ダンススタジオCORTE STUDIO主宰

機能訓練指導員、健康管理士一般指導員

\* 持ち物・服装

動きやすい服装、ダンスシューズまたは  
内履用の運動靴、飲み物、タオル

幼少の頃よりバレエ、ジャズダンスを始める。現在はコレオグラファー(振付師)として活動しつつ、ダンスの指導経験をもとにしたヨガ、ピラティス講座など健康づくりの分野にも活動の幅を広げている。



申込み・問合せ先：住吉区民センター

指定管理者：大阪市コミュニティ協会住吉区支部協議会

住所：大阪市住吉区南住吉3-15-56 電話：06-6694-6100 FAX：06-6694-6115

住吉区民センターHP: <https://www.osakacommunity.jp/sumiyoshi-center/>

申込方法：住吉区民センターの窓口、施設問い合わせフォーム、FAXにて受付。

FAXの場合、①お名前②ご住所③電話番号④「ダンス講座参加希望」

⑤参加される回(午前か夜間のどちらか)希望とご記入のうえお申込みください。



住吉区民センターHP