

### 13 ダンス・エアロビクス・舞踊

No	サークル名	分類	週	曜日	時間	人数	内 容	公民館
1	ダンス大和田	社交ダンス	2・4	日	13:00～17:00	11	「ダンスを通じて人の和を」「ダンスは楽しく上品に」がモットーです。初心者歓迎です。	大和田
2	八千代フラ・サークル	フラダンス	2・4	火	13:00～16:30	9	心身ともに、健康かつ豊かさを養うことを目的に楽しく活動しています。初心者大歓迎です。無料体験もあります。	阿蘇
3	サンデー高津	社交ダンス	2・4	日	9:00～12:00	12	社交ダンスの学習を通じて会員の交流・親睦を図っています。	高津
4	ティンカーベル	エアロビクス	2・4	土	13:30～15:30	5	エアロビクスの講習で、健康維持・体力増進に努めています。	高津
5	リズム&ストレッチ	リズムダンス	2・4	金	9:30～11:00	7	リズム&ストレッチ体操を通じ、会員の健康増進と親睦を図っています。	高津
6	リズム体操	リズム体操	1・3	水	9:00～12:00	9	楽しく汗をかき体全体を動かす。一緒に体操をしてみませんか。	勝田台
7	とまと	クラシックバレエ	2・4	水	9:00～12:00	7	大人バレエのゆたがりサークルです。	勝田台
8	フィットネスレディー	エアロビクス	1・3	水	9:00～12:00	11	さわやかに汗をかいて、心も体もリフレッシュ。誰でも楽しめるソフトエアロビクスです。	八千代台
9	フレンズレクダンスクラブ	ダンス	2・4	火	13:00～17:00	12	レクリエーションダンスの練習を通して、脳内トレーニング及び健康維持と会員相互の交流を図ります。	八千代台
10	ひなげし	ダンス	2・4	金	13:00～17:00	8	会員相互が協力し会の活動を通して会員の親睦を図る。	八千代台
11	朱寿の会	日本舞踊	1・3	水	9:00～12:00	8	地唄舞・上方舞と言われる伝統舞踊。扇・手指・目線のゆたがりとした優雅な動きで女性の憂い・哀しみ・情念・艶などを微細に表現します。	八千代台
12	サーティ・サークル	ストレッチ体操 ジャズダンス	1・3	月	10:00～12:00	7	ストレッチ体操とジャズダンスを行っています。あなたの健康のために。初心者歓迎です。構成年齢は40～50歳代です。	村上
13	よつ葉ストレッチクラブ	ストレッチ体操 ジャズダンス	1・3	土	9:30～12:00	10	ストレッチ体操から始まり、ジャズダンスへとレッスンが始まります。楽しいですよ。	村上
14	R・Dピュア八千代・村上	ラウンドダンス	1・3	木	13:00～17:00	10	ラウンドダンスはアメリカで生まれたダンスです。全員が指示(キューイング)により輪になって踊ります。ワルツ、ルンバ、チャチャチャ、タンゴ…。ダンスの種類も多く楽しく踊っています。	村上
15	八千代スクエアダンスクラブ	スクエアダンス	2・4	金	13:00～17:00	12	このダンスは、アメリカで始まった8人で踊るダンスです。毎年6月から初心者講習を行っています。	村上
16	きらきらダンス八千代村上	小学生のダンス	2・4	土	9:00～12:00	33	ダンスの大好きな小学生のお友達が集まり、楽しい音楽に合わせて、元気いっぱいダンスの練習をしています。初心者大歓迎！！上手でなくても大丈夫！！いっしょに楽しく踊ってみませんか？	村上
17	八千代絆クラブひまわり	新舞踊	1・2	月	13:00～17:00	12	新舞踊の学習。施設などで披露し、老人福祉の増進を図ります。体幹も鍛えられますよ。	村上
18	有紀之会	新舞踊	2・3	水	13:00～17:00	8	新舞踊を中心に稽古し、健康と運動と会員相互の親睦を図り、地域との交流も実施しています。	東南
19	ことぶき	フォークダンス	1・3	金	9:00～12:00	8	フォークダンスの実技を習得し、心身の健康を保ち会員相互の親睦を図ります。	東南
20	民謡を楽しく踊る会	民踊	2・4	木	13:00～17:00	11	民謡の踊りについて学び、会員の技術の向上と親睦を図ります。	東南
21	Mダンスクラブ緑が丘	社交ダンス	2・4	水	18:00～21:00	11	社交ダンスを学び、学習の向上および会員相互の親睦を図ります。	緑が丘

### 13 ダンス・エアロビクス・舞踊

No	サークル名	分類	週	曜日	時間	人数	内 容	公民館
22	ローズマリーダンスサークル	社交ダンス	1・2	土	13:00～17:00	14	心身ともに充実した生活を営むことを目的とし、会員相互の親睦を図るとともに、長くダンスを楽しみます。	緑が丘
23	ダンスクラブダイヤ	社交ダンス	1・2	日	13:00～17:00	8	社交ダンスの練習を行います。	緑が丘
24	ラウンドダンス 緑が丘	ラウンドダンス	1・3	水	9:00～12:00	12	ラウンドダンスを学び、会員相互の学習の向上および親睦を図ります。	緑が丘
25	ラウンドダンス さくら	ラウンドダンス	2・4	金	13:00～17:00	10	ラウンドダンスを学び、会員相互の学習の向上および親睦を図ります。	緑が丘
26	緑が丘フレンドリースクエアーズ	スクエアダンス	1・3	水	9:00～12:00	18	スクエアダンスを通じて、会員相互の親睦を深め、健康で明るい市民生活を送ります。	緑が丘
27	フラレア	フラダンス	1・3	火	13:00～16:00	12	フラの習得とともに地域のイベントへの参加や老人ホーム等への慰問ボランティア活動を行い、会員および地域の人たちとの親睦を図ります。	緑が丘
28	レファ	フラダンス	1・2	月	13:00～15:00	6	フラダンスの学習と会員の親睦、施設等での成果発表を行います。	緑が丘
29	プアオハイ	フラダンス	1・2	木	18:00～21:00	17	フラダンスを学び、学習の向上および会員相互の親睦を図ります。	緑が丘
30	リフレッシュ・エアロ	エアロビクス	2・4	水	10:00～12:00	11	エアロビクス、ストレッチ運動を行い、会員の健康増進および親睦を図ります。	緑が丘
31	YYプチビクス	エアロビクス	3・4	火	9:00～12:00	6	健康運動指導士による、健康維持のための体操やエアロビクスを行います。	緑が丘
32	YYストレッチ	エアロビクス	1・2	火	9:00～12:00	10	エアロビクス、ストレッチ体操、ヨガを通して、心身の健全育成と会員相互および地域との親睦を図ります。公民館活動に積極的に参加し、地域の発展に協力します。	緑が丘
33	きらきらダンス八千代緑が丘	ダンス	1・3	土	9:00～12:00	31	小学生ダンスおよび大人のエクササイズダンスで、健康を増進し会員の親睦と地域の交流を図ります。	緑が丘
34	恵の会(新舞踊)	新舞踊	2・4	木	18:00～21:00	10	伝統古来の舞踊を学び、会員相互の学習の向上および親睦を図ります。	緑が丘