

アフリカダンス（月）



太鼓の鼓動を感じ、足の裏から 地のエネルギーを踏みしめ 踊ろう！

講師 橋本 里美、前原 恵理

回数	月日	曜日	テーマ	内容	備考
1	5/14	月	①準備運動 ②基本姿勢	○開講式 アフリカダンスの説明 踊りの指導	
2	5/21	月	①準備運動 ②基本姿勢 ③振り付けと踊り	踊りの指導 太鼓のリズムと共に踊る際のポイント指導	1～2つの リズムを 共に踊る
3	5/28	月	①準備運動 ②基本姿勢 ③振り付けと踊り	踊りの指導 太鼓のリズムと共に踊る際のポイント指導	
4	6/4	月	①準備運動 ②基本姿勢 ③振り付けと踊り	踊りの指導 太鼓のリズムと共に踊る際のポイント指導	
5	6/11	月	①準備運動 ②基本姿勢 ③振り付けと踊り	踊りの指導 太鼓のリズムと共に踊る際のポイント指導	
6	6/18	月	①準備運動 ②基本姿勢 ③振り付けと踊り	踊りの指導 太鼓のリズムと共に踊る際のポイント指導	
7	6/25	月	①準備運動 ②基本姿勢 ③振り付けと踊り ④作品の披露	○閉講式 太鼓の演奏とアンサンブルで作品を踊り みんなと一帯になる楽しさを知る	

教材費	なし
開講時間	19:00～21:00（2時間）
定員	30名（定員になり次第、締め切ります）
場所	体育館
準備するもの	動きやすい服装、飲み物、タオル 必要な方のみシューズ ※はだして踊るのが基本です ★たくさん汗をかきますので、水分補給を十分に行ってください。

※ 遅刻や欠席をする場合は、必ず勤労青少年ホームまでご連絡ください。

※ 受付期間は4月13日（金）～26日（木）です。

鹿児島市勤労青少年ホーム

〒890-0063 鹿児島市鴨池2丁目32-30

TEL 099-255-5771 FAX 099-255-5750

E-mail yuyukan@sicweb.jp ホームページ <http://yuyukan.sicweb.jp/>

Twitter @yuyukan6 Facebook 鹿児島市勤労青少年ホーム（事務局発信）