

～心と身体をリラックス～

健康フラダンス

2022.7.2 (土)

14:00～16:00

会 場:サンウェルぬまづ 4階多目的ホール

定 員:30 名 (申込み多数の場合には抽選)

参加費:無料

講 師:佐野 千聡さん

【ご案内】

※初心者向けの内容となります。

※フラはマスク着用、裸足で行います。動きやすい服装でご参加下さい。また、飲料水やタオルをご持参下さい。

※サンウェルぬまづ駐車場は 2 時間まで無料となりますので、駐車券をお持ち下さい。

主催:公益財団法人静岡県労働者福祉基金協会

後援:静岡県 沼津市 静岡県労働者福祉協議会 静岡県労働金庫

こくみん共済 coop<全労済>静岡推進本部 静岡県生活協同組合連合会

生活協同組合ユーコープしずおか県本部 ライフサポートセンター友の会

ALWF
Association of Laborers' Welfare Fund
of Shizuoka Prefecture

ロッキーカレッジ



【講師】佐野千聡さん

親子フラ教室、ヨガ講師として活躍中。
ハワイでのショーや国内でのフライブ
ェントなど、アームイレフアポーレナの
メンバーとして活動しています。

【Hulaについてちょっとだけ学ぼう】

「ハワイ」「ポリネシア」と聞くと、フラダンスをイメージする人も多いと思います。

私達に日本人に最もなじみ深いポリネシアン文化といえば、フラダンスといっても過言ではないと思います。

フラ (hula) はハワイ語で『ダンス・踊る』を意味します。

【ALOHA とは】

ALOHA には古代ハワイアンの哲学が刻み込まれています。

アロハの学びは、力の抜き加減を教えてくれたり、また、どんな困難も乗り越えられるような強い力を与えてくれます。

Akahai e na Hawaii 'i

ハワイの人々よ、思いやりを持ちましょう

Lokahi a ku like

助け合いの気持ちを大切に

'Olu 'olu ka mana 'o

いつも明るい方に思いを向けて

Ha 'aha 'a kou kulana

どんな状況でも謙虚さを忘れないで

Ahonui a lanakila

《ご案内》

新型コロナウイルス感染症拡大防止の為、マスクの着用と消毒、検温にご協力下さい。
状況により中止となる場合がございますので予めご了承下さい。

お申込み

お問合せ

ライフサポートセンターしずおか東部事務所

電話・FAX・ホームページ・右記二次元コードよりお申込下さい。

TEL: 055-929-9820 (平日 9 時～17 時)

FAX: 055-929-9825



ふりがな		性 別	年 齢	電話番号
お名前		男 性 女 性	歳代	
ふりがな		性 別	年 齢	電話番号
お名前		男 性 女 性	歳代	
【下記アンケートにご協力下さい】				
お住まい	市・町	この講座を何で知りましたか？ (チラシの場合は入手先)		

*お伺いした個人情報は、今回の講座の運営にのみ使用いたします。

*ロッキーカーレッジは、静岡県労働金庫の会員が拠出した「地域役立資金」を活用しています。