

タヒチアンダンス・アパリマ

1日体験!

『おためし講座』開催

ウィングスのアパリマ講座を
体験してみませんか?

このダンスは、ポリネシア諸島に伝わる舞踊で、フラダンスの原型ともいわれます。「Aparima (アパリマ)」の意味は「手で表現する」。

しなやかで繊細な手の動きが特徴です。ウクレレをベースとした曲に合わせて、地面と平行に踊ります。腹筋や側筋、股関節周りの筋肉をよく使うので、シェイプアップ効果があり、健康にもよいエクササイズです。



【日 時】 8月24日(金) 19:00~20:00

【場 所】 ウィングス京都 B1音楽室

【講 師】 レイオフレナフラスタジオ代表 森井 レナ

曲 名：ファカテレレナトケラウ

参加費：無料 (はじめての方)

対 象：18歳以上の女性 定 員：25名

保 育：6か月から就学前 (有料) 保育のお申込みは8/21まで

お申込み方法：お電話または、ウィングス京都ホームページ (先着順)

※『おためし講座』受講後、秋期アパリマ講座にお申込みの方には、
受講料500円割引の特典がございます。是非ご検討ください!



※市営地下鉄「四条駅」または阪急「烏丸駅」20番出口。市営地下鉄「烏丸御池駅」5番出口から徒歩5分。

※一般来館用の駐車場はありませんので、バスや電車など 公共の交通機関をご利用ください。

★お申し込み・お問い合わせ★

(公財) 京都市男女共同参画推進協会 事業企画課
〒604-8147

京都市中京区東洞院通六角下る御射山町262番地
京都市男女共同参画センター (ウィングス京都)

Tel : 075-212-8013

URL : <http://www.wings-kyoto.jp>

開館時間：(月~土) 9:00~21:00

(日・祝) 9:00~17:00

休館日：毎週水曜日