



フィットネスダンス講習会 参加者募集



フィットネスダンスは、日本語の楽曲を使用した健康体づくりを目的として振り付けされたダンスエクササイズです。2002年に（社）日本フィットネス協会の宮下充正会長（東京大学名誉教授）が提唱したのが始まりです。代表的なプログラムには偉大な歌姫、美空ひばりさんの楽曲を使用した『ひばりエクササイズ』があります。

今回は、『ひばりエクササイズ』をはじめ、子供から大人の幅広い年齢層を対象とした作品と本学生が創作した作品もおこないます。誰もが知っている曲を口ずさみながら楽しく運動しましょう！

日 時 : 2012年2月19日（日） 14:00~17:00

場 所 : 立教大学新座キャンパス 体育館Eアリーナ

定 員 : 40名（先着順）

対 象 : 本学学生・教職員・一般

申し込み : 石渡貴之（立教大学 コミュニティ福祉学部
スポーツウエルネス学科）宛てにFAXまたはメール

FAX 048-471-7327 / Mail ishiwata@rikkyo.ac.jp

講 師 : 田中雅子・和田左千子



.....申し込み用紙.....

2012年2月19日（日）のフィットネスダンス講習会 参加申し込みします。

氏名 : _____ 電話 : _____

住所 : _____

年齢 : _____ (学部/学年 : _____)