

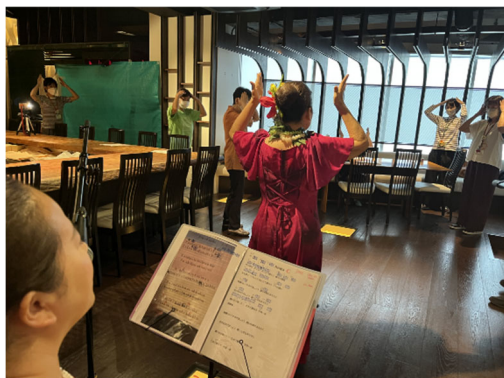
指導(活動)分野	フラダンス	指導 披露 講義
ふりがな	ふら へれ まーりえ	登録番号
氏名またはグループ名	フラ ヘレ マーリエ	F - 3
指導(活動)内容	・ハワイ文化である Hula を楽しくていねいにお教えします	
対象者の程度	気軽に楽しむ 初心者向け 中級者向け 上級者向け	レベル問わず
対象者の年代	乳幼児(親子) 小学生 中高生 大人 高齢者	どなたでも
資格・指導の経験・活動歴	・10年前に会を設立 ・2023年9月「はじめてのフラダンス」指導(大鳥中学校コミュニティハウス事業)	
経費	・指導(活動)料 5,000円 ・材料費 なし ・交通費 実費	

【プログラムの一例】

初めてのフラダンス

定員:20人 所要時間:60分

- ① 基本のステップを説明・練習
- ② 基本のハンドモーションを説明・練習
- ③ 課題曲を説明し練習



【街の先生からひとこと】

心をリラックスさせ、ゆっくりカラダを動かし、運動不足を解消しましょう。

フラヘレマーリエ

