

椅子に座って タップダンス

～軽やかに足でリズムを刻んで楽しもう～

5/13・27 (水) 全2回
15:00～16:00

対象
どなたでも

会場
川口市民センター 多目的室（川口やまゆり館 2階）

定員
20名（応募者多数の場合は市民優先で抽選、定員に満たない場合は申込期限の翌日以降先着順）

費用
400円（受講料）

申込
往復はがき、またはEメールに講座名「タップダンス」と、住所、氏名（ふりがな付き）、年齢、電話番号、往復はがきの場合は返信面のあて名を書いて生涯学習センター川口分館へお送りください。

申込期限 4月15日(水)【必着】

■問合せ・申込先
八王子市教育委員会
生涯学習センター川口分館
〒193-0801 八王子市川口町 3838
電話 042-654-8450 FAX 042-654-8452
メール kouza-kawaguchi@city.hachioji.tokyo.jp

メール申込は
こちらから



【八王子市の生涯学習講座・イベント情報】

Facebook



X(旧Twitter)



講師 Lily さん

Tap Dance Company Freiheit 主宰
タップアーティスト

大学卒業後、単身渡米。東京・NYを拠点に活躍し、公演や各種メディアなど出演多数。タップダンスを通して被災地支援、地域活性化、福祉、海外でのタップ普及など多岐にわたって社会貢献活動に力を入れている。

つま先やかかと、足全体で床をリズムカルに踏み鳴らすタップダンス。

椅子に座って行うタップダンスは体が安定するので年齢を問わず、どなたでも楽しく踊れます。

バランスをとるため体幹が鍛えられ、自然と姿勢もよくなり、またふくらはぎの筋肉を程よく動かすので血流促進の効果もあります。

実は八王子とご縁がある Lily さんは教え上手でとっても気さくな先生です。カラダも心も踊り出すタップダンスを一緒に楽しみましょう！

動きやすい服装、スニーカー（運動靴）でお気軽にお越しください。