ベリーダンス講座



開催日 9月9日(金)9月23日(金)

9月30日(金)10月7日(金)

10月14日(金)10月21日(金)

11月4日(金)11月18日(金)

時 間 12:30~13:40(70分)

会 場 アトリオン6F 多目的研修室

定 員 20名

受講料 16,000円(8回 税込)

※動きやすい服装・水をご持参ください

ベリーダンスとは

身体の各部分を動かすベリーダンスは健康や美容に効果的で内臓強化によりリンパの流れの活性化が期待されます。ダンスの経験のない方も年齢も問いません。

講師紹介

Naia Amwaj(ナイア・アムワージ) 1997年にベリーダンスに出会い単身渡米。本場エジプト、トルコにも渡った後、プロのダンサーとしてアメリカで活動を開始。 2012年ピラティスのインストラクターの資格を取得。 現在秋田市在住。



参加申込・お問合せは 公益財団法人秋田県女性会館まで

秋田市中通2丁目3-8アトリオン6階 TEL 018-836-7840 FAX 018-836-7886