

<講座No.20>

心も身体も癒されるハワイのフラ

(1年後期講座)

講師: 藤原 恵子

【カリキュラム】

<講座内容> ハワイアンミュージックに癒され、フラで幸せな気持ちになりましょう。

実施日: 第2・4(月) 10:00~11:30**開催場所: 上谷戸緑地体験学習館**

第1回	4/10	ハワイのフラ(踊り)教材により説明 講師とアシスタントによるデモンストレーション 1曲目の内容の説明 基本ステップとハンドモーション、振付けレッスン
第2回	4/17(第3)	
第3回	5/15(第3)	
第4回	5/22	
第5回	6/12	1曲目の復習
第6回	6/26	
第7回	7/10	2曲目の振付けレッスン
第8回	7/24	
第9回	8/14	
第10回	8/28	
第11回	9/11	2曲目の復習
第12回	9/25	
第13回	10/2(第1)	3曲目の振付けレッスン
第14回	10/23	
第15回	11/13	
第16回	11/27	
第17回	12/11	3曲めの復習
第18回	12/25	
第19回	1/15(第3)	4曲目の振付けレッスン
第20回	1/22	
第21回	2/5(第1)	
第22回	2/19(第3)	全曲目の復習(発表会レッスン)
第23回	3/11	
第24回	3/25	

○受講生が用意するもの

※レッスン曲の復習は毎回します。

動きやすい服装(スカートをお持ち下さい)、室内ばき又は靴下

タオル、筆記用具、教材費500円/6ヶ月 ※パウスカートはお貸しします。