

地域の和を広げよう！

NPO法人 特定非営利活動法人

# 赤べこトータルスポーツ通信



赤べこ通信 NO.54



令和2年12月号



## クリスマスハンドメイド「会津木綿のツリーフレーム」

11月25日（水）開催のクリスマスハンドメイドは会津木綿のツリーフレームを作成しました。

講師に木工房MEGURO様をお招きし、参加者は会津木綿の端切れ等を使い木のフレームにデザインしていました。今回も素敵な作品が沢山仕上がりました。



## 「ヒップホップダンス教室」



11月28日（土）にコロナに負けるな！プロジェクト「ヒップホップダンス教室」を開催しました。松本涼先生(スタジオ basic)の指導もと、参加した子供達は音楽に合わせてリズムを取り、動きをマスターしながら、楽しく踊りました。ダンスは技術を磨くだけでなく運動不足解消やストレス発散にも大いに効果があります。今後も気軽に参加出来るダンス教室を企画していきたいと思えます。



## 「フラダンス西山教室」



12月5日（土）にフラダンス教室 in 西山を開催致しました。フラダンスを初めて体験する参加者が殆どでしたが、多世代の方に参加頂きました。講師の伊藤堇先生（マハロヌイフラススタジオ）の指導のもと、ハワイアンソングに合わせて皆で楽しく踊りました。大変好評だった為1月～3月迄、柳津教室・西山教室をそれぞれ1回ずつ開催していきます。

（詳細は全戸配布のチラシでご案内致します。）

赤べこトータルスポーツ事務局（B&G 海洋センター内）  
TEL：0241-42-2246 FAX：0241-42-2546  
HPアドレス：<http://www.aka-total2016.com/>