

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.85

11月号

～フラメンターが増えました～

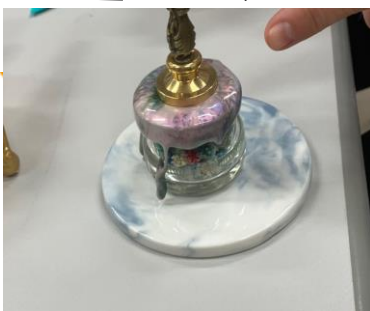


10月より再募集をしました、フラダンス教室は参加人数が増え更に活発な活動を続けています。インストラクターの伊藤堇先生の指導のもとで手の振り付けやステップ等を楽しく練習しています。

フラダンスは体を動かす事により、体力の向上や体幹を鍛える事が出来、幅広い年齢に人気があります。ハワイアンな曲に癒されながら、優雅に楽しく踊ってみませんか？西山地区で開催の体験教室は座ったままでも参加出来、手足の動き等の基礎を学び気軽に楽しめます。

「毎月 第2土曜日 14時～開催の西山体験教室はまだまだ参加者募集中です♪」

～ハンドメイド教室～



毎月1回開催している「ハンドメイド教室」では、親子での参加も多数おり和気あいあいと楽しく活動しています。

11月1日(水)開催の教室では講師に nana+mico 様をお招きし、昨年度も大変好評だったシーリングスタンプ作りを行いました。今回は、地元産のカスミソウを使用した瓶の封蝋と、ブローチ作りに挑戦しました。シーリングスタンプとは、熱で溶かした蝋(ワックス)の上からスタンプを押すアイテムの事です。参加者は好きな色やデザインで楽しく作品作りをしました。



事務局：NPO法人 赤べこトータルスポーツ(柳津町 B&G 海洋センター内)
TEL：0241-42-2246 FAX：0241-42-2546