

# オクラホマ・ミクサーをもう一度！

～楽しく踊って、仲間づくりと健康づくり～

日本民踊



あの頃のおどりを

踊ってみませんか？

ダンス経験のない人も楽しめます！

音楽にあわせて頭の体操！

レクダンス

平成 30 年 11 月 23 日(祝金)

講習会 : 10:00~12:00

- ♪四季のメドレー(レクダンス)
- ♪お江戸日本橋(日本民踊)
- ♪ライ・ワルツ(フォークダンス) 他

ミニパーティー : 13:30~15:30

- ♪オクラホマ・ミクサー (フォークダンス)
- ♪青い山脈(レクダンス)
- ♪木曾節(日本民踊) 他



フォークダンス

**楽しい時間を過ごしましょう！！** ※半日参加も可能です。

\*会場：国立オリンピック記念青少年総合センター カルチャー棟 4 階 音楽演劇室 42

\*参加費：1,200 円 (日連会員：1,000 円)【資料付き】 ※小学生以下無料

※当日参加の場合は 1,500 円

\*申込方法：申込書の郵送、FAX、メールにて受付を致します。

(参加費は当日お支払いください。)

\*申込先：〒151-0052 東京都渋谷区代々木神園町 3-1 N.Y.C 内

(公社) 日本フォークダンス連盟 「シニアダンス委員会」

TEL : 03-3469-8706 FAX : 03-3469-8730 E-mail : nichiren@folk-dance.or.jp

\*主催：公益社団法人 日本フォークダンス連盟

◇運動の出来る服装と運動靴又は、踵の低いフォークダンスシューズをお持ちください。

◇お子様連れの方の参加も歓迎いたします。

◇昼食はご持参ください。お茶の用意があります。なお、食堂もあります。

### \*国立オリンピック記念青少年総合センターへのアクセス

#### ・電車でお越しの方

小田急線参宮橋駅から徒歩 10分(最短ルート)

改札を出て左に進んで行きますと電柱に案内表記があります。

地下鉄千代田線、代々木公園駅下車徒歩 13分【代々木公園方面出口】

#### ・バスでお越しの方

「京王バス」でお越しの場合は「宿51系統」で

「新宿駅」西口(16番)乗り場より「代々木5丁目」下車

「渋谷駅」西口(40番)乗り場より「代々木5丁目」下車



### 「オクラホマ・ミクサー」をもう一度！参加申込書

ふりがな		男		日連会員番号		
名前		女	歳	活動先		
住所	〒 _____				電話番号	
参加について	いずれかにチェック		全日参加 <input type="checkbox"/>	午前のみ <input type="checkbox"/>	午後のみ <input type="checkbox"/>	