

平成26年度 堺市と関西大学との地域連携事業 身体表現・ダンスワークショップ

私たちの周りにはいろいろなダンスがありますが、この講座では、皆で“創って踊る”ダンスを楽しみます。おもに高齢者の方を対象として、簡単な動きを取り入れながら丁寧に身体をほぐし、気持ちよく踊ることを目指します。また、姿勢計測などを行い、「心身の健康」を実際に目に見える形で明らかにします。

自分の気持ちに乗せて身体を動かすと、心も一緒に元気になる感覚を体験してみませんか。

今回は関西大学人間健康学部の学生たちも講師として登場します！

- 日程 10月11・25日、11月8・29日、12月13・20日
2015年1月17・24日、2月14・28日
全て土曜日<連続講座全10回>
※大学行事の関係上、急遽変更する場合があります。
- 時間 10：00～12：15
- 場所 関西大学堺キャンパス(南海高野線 浅香山駅徒歩1分)
- 講師 原田 純子 (関西大学人間健康学部准教授)
関西大学人間健康学部の学生
- 対象 堺市民の方 35名程度 (おもに50歳以上の方)
※応募多数の場合は抽選となります
- 参加費 無料

※効果測定等のため、講座の中でインタビューなどへのご協力をお願いする場合があります。



昨年度参加者の声

- ・たくさん笑い、楽しく受講しました
- ・大変楽しかったです。体も心もです。
 - ・自由なところがいい
- ・身体ほぐしができてとても気持ちが良いです。



お申込み方法

住所・氏名・電話番号をご記入の上、ハガキかFAX
でお申し込みください
<申し込み締め切り>9月26日(金)必着

お申込み・お問い合わせ

〒590-8515 堺市堺区香ヶ丘町1-11-1
関西大学堺事務局 地域連携担当
「身体表現・ダンスワークショップ」係
Fax 072-229-5082 Tel 072-229-5024

平成26年度 身体表現・ダンスワークショップ(後期) 申し込みフォーム

住所 〒	—
ふりがな 氏 名	電話番号