

親子ダンス・キッズダンス・パパダンス・ママダンス

■ 指導

■ 披露

■ 講演

らんか

## Lanka

活動内容	・赤ちゃん(0歳)～シニア世代の方まで、ジャンルにとらわれずダンスの楽しさを体感していただけます。 ・歌詞を感じる心のデトックスダンスにて、ママの心を癒します。	
資格・経験 活動歴等	幼少期よりバレエ、ジャズダンス、ヒップホップ、タチアンダンスなど多ジャンルを学ぶ。 FIFA ワールドカップ・開国博よこはま Y150PR チーム所属・愛地球博・パンパン水泳・プロ野球開幕戦等イベント多数出演。NHK、フジテレビ、TVK 等メディア多数出演。	
活動の対象	<input type="checkbox"/> 未就学児 <input type="checkbox"/> 親子 <input type="checkbox"/> 小中学生 <input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> シニア	■ どなたでも
活動可能日	<input type="checkbox"/> 月 <input type="checkbox"/> 火 <input type="checkbox"/> 水 <input type="checkbox"/> 木 <input type="checkbox"/> 金 <input type="checkbox"/> 土 <input type="checkbox"/> 日	■ 相談可

### 具体的なプログラムの一例

タイトル：「ココロ踊るハッピーダンス♪」

内容：親子ふれあいストレッチ→親子ダンス→ママが自分の身体に触れるワーク→ソロダンスご披露

定員：親子 16 組

所要時間：1～1.5 時間

材料費：なし



タイトル：「ママもダンスでリフレッシュ♪」

内容：親子ふれあいストレッチ→ママダンス

定員：親子 15 組

所要時間：30 分

タイトル：「パパと赤ちゃんのふれあい抱っこダンス♪」

定員：親子 15 組

所要時間：1 時間

### 街のアドバイザーから

私が生まれ育った街、港南区に対する思い入れがあり、自身が小学生(桜岡小学校出身)の頃から地域貢献活動を続けて参りました。港南区にお住まいの皆さんが、ダンスを通して笑顔になれる、生きる希望を見出せる活動を目指しております。お気軽にご連絡ください♪