

<b>登録名</b> (ふりがな)	misa (みさ)
<b>ジャンル</b>	スポーツ・健康
<b>ジャンルの詳細</b>	チアダンス・マットピラティス・親子ダンス
<b>活動の種類</b>	指導・披露
<b>活動内容</b>	キッズチアダンス・親子チアダンス・大人～シニアチアダンス・マットピラティス。心も身体も明るく元気に健やかになれるように楽しく指導します。
<b>活動に関する資格・経験・活動歴等</b>	某プロ野球球団チアチームに所属経験あり 2015年よりキッズチアダンス講師 指導の傍ら現在もチアチームに所属しています。
<b>活動の対象</b>	どなたでも
<b>活動可能日</b>	相談可

### 具体的なプログラムの一例

#### 【タイトル】

親子チアダンス

#### 【内容】

チアリーディングと違い、組体操のような動きはしないため、未就学児から高齢者までが安全に一緒に取り組むことができます。

- ・準備体操
- ・バランス技の練習
- ・楽しくダンス♪

#### 【定員】

20

#### 【所要時間】

60分

#### 【教材費】

ポンポン代 800円 (12個までは無料で貸し出し可能)

#### 【その他】

12個までですとポンポンの用意があります。



### 街のアドバイザーから

チアダンスは、"人を応援すること"を目的として誕生したダンス。『笑顔』を通じ、相手に勇気や元気を与えられるように踊ります。明るく元気いっぱいのパフォーマンスするので終了後は心身ともに少しでも明るくなれるように楽しむことを大切に行います！