

親子ダンス・子供向けHipHop
ストレッチ・エアロビクス

■ 指導

■ 披露

□ 講演

まい ふいっと だんす

MY fit dance !

活動内容	どんな世代にもダンスやフィットネスを楽しめる指導を提供します。赤ちゃん和妈妈・親子ダンス・キッズダンス・中高生HipHop・ママダンス・シニアクラス・イベント企画、運営・小学校ダンス講座・部活指導などあらゆる世代に沿った内容の指導が可能です。	
資格・経験 活動歴等	MY fit dance! 代表 横浜市立戸塚高等学校非常勤講師	
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：子どもとLet's Dance

内容：幼児と保護者がダンスでふれあいや
コミュニケーションを深める

定員：20組

所要時間：60分×全5回

材料費：なし



街のアドバイザーから

2001年、港南区に誕生してから20年以上活動を続けています。赤ちゃんからシニアまで全ての世代が繋がりダンスを通じて沢山のことを学び、生涯健康で過ごせますように……

MY fit dance!の願いです。