登録名 （ふりがな）	**松田　奈緒美** （まつだ　なおみ）
ジャンル	スポーツ・健康
ジャンルの詳細	フラダンス
活動の種類	指導・披露
活動内容	ハワイ文化である Hula を楽しくていねいにお教えします。 ウクレレ生演奏でレッスンしています。
活動に関する資格・経験・活動歴等	フラヘレマーリエ指導歴１３年 横浜市内公共施設でのフラ体験コースなど多数担当
活動の対象	どなたでも
活動可能日	相談可

具体的なプログラムの一例

【タイトル】
初めてのフラダンス

【内容】
簡単な曲にチャレンジします。

【定員】
15 名

【所要時間】
60 分

【教材費】
なし

【その他】

街のアドバイザーから

心をリラックスさせ、ゆっくりカラダを動かし、無理なく楽しく運動しましょう！フレイル予防にもフラ♪