

ダンス		
	日にち	時間
1	9/10(日)	14:30~16:30
2	10/15(日)	
3	11/5(日)	
4	以降の詳細は、未定です。 決定次第、ホームページ上の情報を更新します。ご確認ください。	
会場	杉並区立高円寺障害者交流館	
責任者	関口	
指導者	大須賀	
マネージャー		
募集定員	定員なし	
参加費	無料	
交通	<ul style="list-style-type: none"> ・杉並区立高円寺障害者交流館 (杉並区高円寺南2-24-18) JR中央線「高円寺」徒歩10分 東京メトロ丸の内線「新高円寺」徒歩7分 	
出欠連絡	月～金(10:00～17:00) SON・東京 事務局 03-6380-3135	
服装 他	Tシャツなど動きやすい服装、 バレエシューズか上履きのようなものを 着用してください。	
備考	<ul style="list-style-type: none"> ・呼吸法、ストレッチを取り入れて流行の曲を踊るダンスや、初歩的なエアロビクスなどを行います。 ・年齢、性別、運動の得意不得意に関わらず、誰でも楽しめるダンスです。 ・アスリートと一緒にファミリーも踊れます。 	