

病気に負けない心と体力を保とう！

* 社交ダンスひまわりの会 *

若々しい気持ちを持ち健康を維持して楽しく過ごす！

初心者大歓迎(親切に指導します)

入会方法	練習日に直接会場へお出で下さい 無料体験レッスン有
------	---------------------------

練習日	10月2日	金	13:30～16:30	阪神シニアカレッジ4F 403教室
	10月11日	日	13:00～16:00	宝塚西公民館レクA-阪急小林駅北東135m
	10月18日	日	13:00～16:00	宝塚西公民館レクA-阪急小林駅北東135m
	11月6日	金	13:30～16:30	阪神シニアカレッジ4F 403教室
	11月15日	日	13:00～16:00	宝塚西公民館レクA-阪急小林駅北東135m
	11月20日	金	13:30～16:30	阪神シニアカレッジ4F 403教室
	11月29日	日	13:00～16:00	宝塚西公民館レクA-阪急小林駅北東135m
	12月13日	日	13:00～16:00	宝塚西公民館レクA-阪急小林駅北東135m
	12月18日	金	13:30～16:30	阪神シニアカレッジ4F 403教室
	12月27日	日	13:00～16:00	宝塚西公民館レクA-阪急小林駅北東135m

※12月4日(金)13時30分宝塚市立西公民館 2 F ホールでクリスマスパーティを実施致します。

優雅なクラシック音楽から歌謡曲まで、さまざまな曲に合わせて楽しく美しく踊りませんか♪

レッスン日 原則月4回	月に2回、金曜日午後(13:30～16:30) シニアカレッジ403教室他 月に2回、日曜日午後(13:00～16:00) 宝塚西公民館(阪急小林駅北東)他
内容	プロの先生によるレッスンならびに先輩による基本ステップの復習
ダンス種目	ブルース、ジルバ、ワルツ、タンゴ、スローフォックストロット、ルンバ、チャチャチャ他
会費	入会金 1,000円、月会費3,000円
会員数	17人(男性9人、女性8人、OB・OG含む)
準備	入会後はフロアー保護の為にダンスシューズが必要、服装は自由です。
パーティ	楽しいダンスパーティを年3回開催予定しています。9月オータムパーティ、 12月クリスマスパーティ、3月発表会&卒業記念パーティです。



社交ダンス ひまわりの会

クリスマスパーティ

日時 2026年(令和8年) 12月4日(金) 13:15~16:00

場所 宝塚西公民館ホール(阪急今津線小林駅近く)

今年も恒例のクリスマスパーティを開催します。

皆様、一緒に楽しく踊りましょう!

☆フレゼント交換できる品物を各自一点お持ちください。

500円まで

○参加費: 500円

事前に会員へお支払いをよろしくお願いします。



<プログラム概要>

13:15 受付開始

ミニテモ、フレゼント受付

13:30 パーティ開始
会長挨拶

13:40 第1回フリーダンスタイム

フルース、ジルバ、ワルツ、タンゴ、ルンバ、チャチャチャ

13:55 平山先生の紹介とご挨拶

14:00 第1回ふれあいダンスタイム
フルース、ワルツ、タンゴ、(最後にジルバ)

14:15 フレゼント交換(ミニテモ受付終了)

皆さんが持ち寄ったフレゼントで!

14:30 第2回フリーダンスタイム
後半にスローの時間をとります!

14:45 ミニテモダンスタイム

ワルツ、タンゴ、スロー、ルンバ、チャチャチャ、ジルバ、フルース

15:15 第2回ふれあいダンスタイム
フルース、ワルツ、タンゴ、(最後にルンバ)

1分間リレーダンスタイム: 曲が変わるたびにパートナーをチェンジ

15:35 第3回フリーダンスタイム

フルース、ジルバ、ワルツ、タンゴ、ルンバ、チャチャチャ

15:50 ラストダンス(ワルツ2曲)

16:00 閉会

