

指導(活動)分野	フラダンス	指導 披露 講義
ふりがな	ふら へれ まーりえ	登録番号
氏名またはグループ名	フラ ヘレ マーリエ	F - 2
指導(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	
対象者の程度	気軽に楽しむ 初心者向け 中級者向け 上級者向け	レベル問わず
対象者の年代	乳幼児(親子) 小学生 中高生 大人 高齢者	どなたでも
資格・指導の経験・活動歴	・麦麦ハッピークラブ、令和3年6月披露(麦田地域ケアプラザ) ・Wa! サロン Da! 令和3年8月披露(本牧和田地域ケアプラザ) ・「はじめてのフラダンス」令和3年5月指導(大鳥中学校コミュニティハウス事業)	
経費	・指導(活動)料 5,000円 ・材料費 なし ・交通費 実費	

【プログラムの一例】

初めてのフラダンス

定員:10人 所要時間:60分

- ① 基本のステップを説明・練習
- ② 基本のハンドモーションを説明・練習
- ③ 課題曲を説明・練習



【街の先生からひとこと】

心をリラックスさせ、ゆっくりカラダを動かし、コロナ禍の運動不足を解消しましょう。

フラヘレマーリエ

