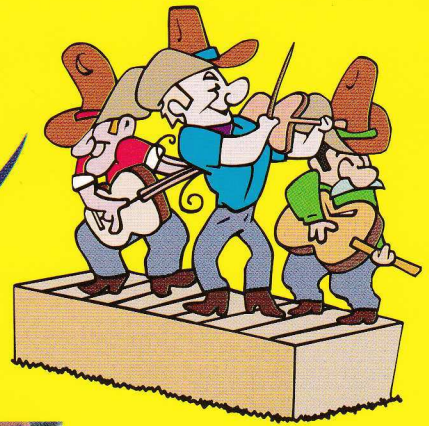


カントリー&ウエスタンで踊る  
とっても楽しいレクリエーション



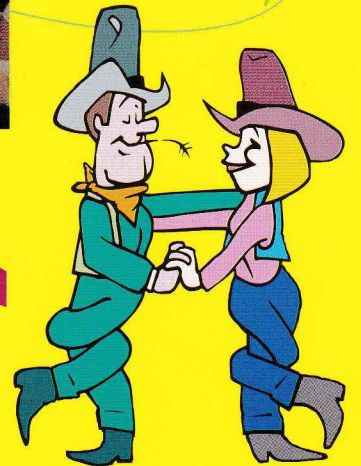
どこの国でも踊れるヨ



ダンスというよりゲーム



# スクエアダンス を始めてみませんか



一般社団法人 日本スクエアダンス協会  
JAPAN SQUARE DANCE ASSOCIATION

生涯現役で楽しめる

お問い合わせ

**新規(初心者) 会員募集中!**

*Shall  
we  
Dance*

会場 : キャラホール (都南公民館)・リハーサル室  
日時 : 毎週 金曜日 13:30 ~ 16:00  
会費 : 1ヶ月 1,000円  
連絡先 : 都南公民館  
電話 : 019-637-6611

# 盛岡キャラメイツ スクエアダンス クラブ



(今年6月16日(日)研修会での会員)

**市民のみなさん！ 私たちと一緒に楽しみましょう！ スクエアダンスを！**

スクエアダンスは、生涯学習、生涯スポーツ・レクリエーションです。カントリーウエスタンなどの軽快な音楽に合わせてコーラーの合図に合わせて隊形を変えて踊り、即興性、意外性、ゲーム性が醍醐味で、歩くことが基本です。アメリカのフォークダンスの一つで世界各地で踊られ国際交流が図られます。一回の例会で4・5千歩ほど動き、運動不足解消や脳トレにもなります。定年退職された方の入会が目立ちますが、ご夫婦や親子など、年齢、体力に関係なく誰でも参加出来、気軽に楽しめるスクエアダンスへ、どうぞご参加下さい。きっと楽しく、参加する喜び、充実感を味わうことができますよ。私達のクラブは、来年15周年のアニバーサリーパーティーを企画中です。そしていつでも初めての方の入会を大歓迎し、初心者講習会や体験会をも開催しております。

## 盛岡キャラメイツ スクエアダンス クラブの例会案内

私達は毎週金曜日(13:30~16:30)に都南公民館・キャラホールを主会場として例会を楽しんでいます。地下1階のリハーサル室です。遊びにお出で下さい。勿論、見学・体験・入会はいつでも大歓迎です。受付に申し付け下さい。

## 盛岡キャラメイツスクエアダンスクラブへの問い合わせ先

お問合せについては都南公民館へ

電話:019-637-6611(平日月曜休館)

ホームページ:[https://www.mfca.jp/kyarahall/public\\_hall](https://www.mfca.jp/kyarahall/public_hall)



(研修会のスナップ)

**盛岡キャラメイツ スクエアダンス クラブ会員一同お待ちしております。**

是非、一度、お気楽に、遊びに、見学に、体験に、おいでください。お待ちしております