

# フラダンス



## 高の原すずらん内科

レッスン日時： 7月 1日（木）3時45分

参加費：500円

糖尿病のある人もない人も  
女性も男性も、初めての人も、経験者も  
健康のためにフラダンスを取り入れ、  
楽しく一緒に踊りましょう！

😊 サチコ・ナ・プアラニ

😊 サチコ・ナ・プアラニ 大宮 美登里 先生  
公認インストラクター

練習曲： 🌙 月の夜は 🌙 ほか

持ち物：水またはお茶、靴下、ある人はパレオ

ご希望の方は前後で血圧測定を行います（無料）

