

言葉を伝える

フラ

2026年

8月9日(日)

11:00~11:45

「フラは心の言葉、すなわちハワイアン達の心臓の鼓動そのものなのです」
これはカラカウア王の言葉です。

「言葉を伝えるフラ」をご一緒にレッスンしましょう。
ひざを曲げて姿勢を低く保つ「アイハア」の姿勢で
ステップを踏むと、体幹も鍛えられます。



講師 籠谷香織先生
(環境プラザインストラクターズクラブ)



◆場 所 4階多目的スタジオ
※3階窓口にて受付後、入室してください

◆対 象 どなたでも

◆定 員 15名

◆参加費 体験会のため無料

◆持ち物 飲み物、タオル、あればパウスカート

◆お申込み 事前予約制。「お名前」「ご連絡先」「人数」「お住まい(市町村のみ)」
「このイベントを知ったきっかけ」を電話、メール、来館にてお知らせください。

高座クリーンセンター環境プラザ

☎ 046-238-3172

✉ info@kouzakankyoplaza.jp