



アロハ！
ハワイの伝統文化である
フラ(ダンス)を
学びながら、体幹を鍛え、
心も身体も日々健康に
過ごしましょう

講師 杉島徳子

プロツ大橋
ポリネシアンダンススタジオ

令和7年
8/13 * 8/27
9/10 * 9/24
10/8 * 10/22
11/12 * 11/26

第2・4 水曜日
.....

初心者
大歓迎

基礎から^{**}
ゆっくり楽しく
始められます^{**}

14:00~15:00

すぎはちフラ教室

❁ 場所：第1多目的室

❁ 定員：20名(年齢不問)

❁ 持ち物：動きやすい服、飲み物、タオル

❁ 参加費：3,000円(税込) / 月謝制 (入会金なし)
1,500円(税込) / 1レッスン

※第2・4水曜日開催ですが、
変更がある月は
予めお知らせいたします

❁ 無料体験 受付中! 1回のみ

お申込み

7月29日(火)から受付開始

お電話 もしくは
コミュニティふらっと高円寺南の受付に
直接お越しください(10~17時)

☎ 03-3316-2421

コミュニティふらっと高円寺南 (愛称：ふらっとすぎはち)

東京都杉並区高円寺南2-40-24

主催：指定管理者すぎはち共創グループ