

全国一斉FDの日

「オクラホマ・ミクサーをもう一度」

～レクリエーション・インストラクター現場実習対象事業～

指導者カード・研修記録カードに主催者印を押します。

2024年12月7日（土）11:45～

「オクラホマ・ミクサー」といえば、誰もが一度は踊ったり見たりした経験があるのではないのでしょうか。楽しく踊って、仲間づくり・健康づくりをしてみませんか？

フォークダンスは身体を動かすだけでなく、音楽に合わせて動くことにより、脳の活性化が期待でき、健康増進に最適なスポーツ・レクリエーションです。

**小学生から誰でも踊れるフォークダンスを体験してみませんか？
あなたのご参加を、ぜひお待ちしております！！**

【講習】 12:00～13:40

♪オクラホマ・ミクサー (フォークダンス)
♪バハマ・ママ (レクリエーション・ダンス)
♪東京音頭 (日本民踊)
♪カチューシャ (フォークダンス)

【休憩】 13:40～14:05 デモンストレーション・タイム

♪ラ・カランガ (メキシコ) 要：レボソ

【講習】 14:05～15:30

♪東京ばやし (日本民踊)
♪アイノカタチ (レクリエーション・ダンス)
♪マーチング・ツー・プレトリア (フォークダンス)
♪オクラホマ・ミクサー (フォークダンス)

※曲目は変更となる場合がございます。



デモンストレーションがありますので、ご覧ください。

主催 東京都フォークダンス連盟
(公益社団法人) 日本フォークダンス連盟 東京都支部
(一般社団法人) 東京都レクリエーション協会 加盟団体

*会 場：港区スポーツセンター 3F（第一競技場）

*参加費：600円（日連会員・都連個人会員・大学生：500円）

※高校生以下無料（高校生は学生証の提示で無料）

※当日参加の場合は **1,000円** *お子様連れの方の参加も歓迎いたします。

*募集人数：70名（代表者の方に参加証のお葉書を発行します。詳しくはお葉書をお読みください。）

*申込方法：申込書の郵送、FAXにて受付を致します。参加費は当日お支払いください。

※都連加盟団体は理事がまとめて事務局へ

*申込先：〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷 1-27-10 ミサトビル 101号室

東京都フォークダンス連盟事務局

TEL：03-3796-7811

FAX：03-3796-7812

【注意事項】

◇踵の低いフォークダンスシューズ・運動靴の底が白のものをお持ちください。

◇昼食を済ませてご参加ください。（施設内所定場所以外での食事はご遠慮ください。）

◇撮影や録音などの記録行為はできません。 ◇事業が中止になる場合がございます。

◇マスク着用にてご参加ください。

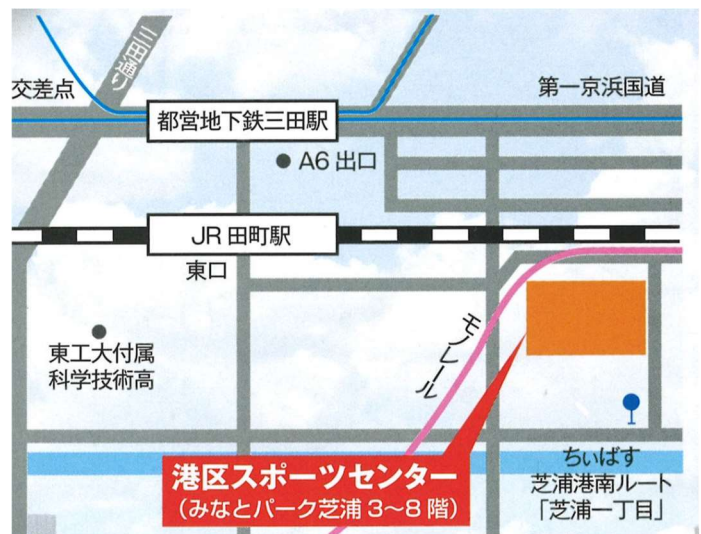
港区スポーツセンターへのアクセス

【電車でお越しの方】

- ・JR 田町駅東口 徒歩5分
- ・都営地下鉄三田駅 徒歩6分

【バスでお越しの方】

- ・ちいばす芝浦港南ルート・芝ルート
「みなとパーク芝浦」徒歩0分
- ・お台場レインボーバス
「田町駅東口」徒歩6分
- ・都営交通「田町駅東口」徒歩7分



「オクラホマ・ミクサーをもう一度」参加申込書

指導者カード・研修記録カードに主催者印を押します。

| | | | |
|-----------|---|--------|-----------|
| フリガナ | | 日連会員番号 | |
| 代表者 氏名 | | 都連会員番号 | |
| | | 加盟団体名 | |
| 住所 | 〒 | 学校名 | |
| | | 参加人数 | 大人 名 小人 名 |
| 連絡先 | | | |