

上尾市まなびすと指導者バンク講座企画書

氏 名 廣岡 和美

プログラム名	ダンスフィットネス「サルセーション」	回数	月3回以上
内容・概要	年齢・性別・運動経験問わず誰もが楽しめる！ 世界の音楽を心とからだで感じながら動くうちに自然と筋力もアップする ダンスフィットネス。		
対象者	<input type="checkbox"/> 幼稚園 <input type="checkbox"/> 小学生 <input type="checkbox"/> 中学生 <input type="checkbox"/> 青年 <input checked="" type="checkbox"/> 一般 <input checked="" type="checkbox"/> 高齢者 <input type="checkbox"/> その他（）	定員	応相談
指導形態	<input checked="" type="checkbox"/> 実 技 <input type="checkbox"/> 講 義 <input type="checkbox"/> その他（）	専 門 度	<input checked="" type="checkbox"/> 気軽に楽しむ <input type="checkbox"/> 一般的 <input type="checkbox"/> やや高度 <input type="checkbox"/> 高度
教材費	<input checked="" type="checkbox"/> 不要 <input type="checkbox"/> 要（）	謝 礼 (2時間単位)	<input type="checkbox"/> 不要 <input checked="" type="checkbox"/> 要（応相談）

【1回目の概要について】

タイトル	ダンスフィットネス「サルセーション」		
必要時間	内 容	材 料、持 ち 物	
60分	プログラム内容・概要参照。 月3回以上、 「同じ時間、同じ会場で開催」 というプログラムルールがあります。	運動のできる服装 運動シューズ 水分補給用飲料 汗拭きタオル	
		準備、備品	

【2回目の概要について】

タイトル			
必要時間	内 容	材 料、持 ち 物	
		準備、備品	

【3回目の概要について】

タイトル			
必要時間	内 容	材 料、持 ち 物	
		準備、備品	