

講師&内容紹介

第1回 10/2(木)

英語リトミック 講師北山 まよ氏

♪テーマ

英語と音楽で親子の「楽しい！」を引き出す

- ☆英語の歌やリズムに合わせ、親子でふれあいながら自然に英語に親しむ
- ☆スカーフや鈴などを使って、五感を刺激しながらリズム感・集中力・表現力を育みます
- ☆元劇団四季の歌声で、“ミニコンサートタイム”も



アメリカ大卒・英語講師歴 15 年の元劇団四季俳優です。
英語リトミックで、楽しく英語の耳とリズム感を育てます！



第2回 10/30(木)

ハロウィンパーティーでは
フォトスポットを設置予定！
仮装して写真をとろう♪♪
私服でももちろんオッケー！



第3回 11/6(木)

ママのためのストレッチ
講師 Ilayda(イライダ)氏

ベリーダンス講師歴 15 年。
産後の女性やライフステージによって変化する身体に寄り添い、やさしく心地よく踊れるスタイルを提案。
2 児の母です。

♪テーマ **産後の身体を整える**

- ☆骨盤周りのストレッチ
- ☆骨盤底筋群にアプローチする筋トレ
- ☆尿漏れなど、産後の不調に対する予防のための体操などを、ベリーダンスの動きも使って、アラブ音楽で楽しく語りながら身体を整えます

問合せ(開催場所)

川崎市幸市民館

住所

幸区戸手本町1-11-2

電話

044-541-3910

(休館日のぞく)9時-17時

第4回 12/11(木)

クリスマスパーティーでは
親子でかんたんな工作を
つくりましょう。
みんなでクリスマス気分を盛り
上げよう♪♪

