

# カポエイラセラピー2

～カポエイラのゆっくりなリズムにあわせて、座ってでも  
できる動きをやいましょう！～

\* カポエイラとは、ブラジルで生まれたダンスと格闘技が融合したスポーツで、音楽に合わせてしなやかな動きを行い、身体の柔軟性や体力、リズム感を養えます。

**開催日時:** 2月17日(火)午前10:00～午前11:30

**講 師:** 松江 河音 先生(通訳、カポエイラ講師)

**対 象:** 市内在住で60歳以上の方

**定 員:** 30人(抽選方式)

**持 ち 物:** 飲み物、タオル、動きやすい服装

**申込方法:** 電話・Fax: 053-425-9907

Email: csw-enoshima@major.ocn.ne.jp

**申込期間:** 1月27日(火)～2月8日(日)

