

# まちの先生講座 拡張型講座企画書

講師名 北田 一美

講師紹介（自己紹介）

ハワイアンフラを始めて約 13 年。最初の 3、4 年はなかなか集中して取り組めなかったのですが、その後からは大きな大会にも出場し、踊っているときは無になっている自分に気づき、現在、アクティブにフラ活動をしています。

講座名 ハワイアンフラ♪

PRポイント（受講を希望する方に分かりやすくご記入ください）

ハワイ独特のステップ、手の表現の動きなど音楽に合わせてレッスンしていきます。

講座内容（教えていただく内容、スケジュール等 具体的にお書きください）

【1回目】

ステップを2~3種類、音楽に慣れるよう合わせていきます。

【2回目】

ステップの復習と、さらに3種類ぐらい増やしていきます。

【3回目】

ステップの種類をまた増やし、応用したステップを取り入れていきます。

【4回目】

簡単なハワイ音楽に合わせた振りをやっていきます。

【5回目】

簡単なハワイ音楽に合わせた振りをやっていきます。

【6回目】

簡単なハワイ音楽に合わせた振りをやっていきます。

受講者に持参してもらう物

お水（お茶）、くつ下、Tシャツ、タオル

その他（使用する教材など）

|  |
|--|
|  |
|--|