

## 令和8年度 やさしいフラで健康づくり（後期）開催要項

1. 趣 旨 フラのやさしい動きを音楽に合わせてゆったりと楽しみながら、心と体を心地よくほぐし、健康づくりを図ります。
2. 主 催 一般財団法人秋田県総合公社 向浜スポーツゾーン総合事務所（武道館）
3. 期 日 9月10日、17日、24日、10月8日、22日（木曜日） 計5回
4. 時 間 13:00～14:00
5. 会 場 秋田県立武道館（小道場）
6. 対 象 16歳以上
7. 募集定員 20名
8. 参 加 料 3,500円（入館料・保険料含みます）
9. 講 師 フラ ハラウ オ メレ アロハ  
代表 菊地 美栄子（ディプロマ資格取得）他 インストラクター
10. 内 容 フラダンスの基礎・基本・応用等
11. 申し込み（1）申込方法
  - ①当事務所からの返信が届くよう、「@akisouko.com」のドメインを受信許可設定してください。
  - ②受付期間内に右記の QR コードもしくは秋田県立武道館ホームページ  
(<https://www.akisouko.com/budokan/>) から「やさしいフラで健康づくり  
(後期)」の申込フォームへ進み、必要事項を記入のうえ、送信してください。
  - ③折り返し、ご入力いただいたメールアドレスへ申込を受付した旨の返信があります。  
  
このメールが届かない場合、次のような原因が考えられます。
    - ・入力したメールアドレスに誤りがある
    - ・「@akisouko.com」が受信許可設定されていない。これらをご確認いただき、再度入力・送信してください。
  - ④参加料は、教室参加初回の受付時に集金いたしますので、ご持参ください。
- （2）受付期間 8月11日（火）～9月7日（月）
12. キャンセル 教室初日までにご連絡ください。  
  
納入した参加料の返金はありませんので、あらかじめご了承ください。
13. 服装・携行品 動きやすい服装、タオル、飲み物、バウスカート（お持ちでない方には貸出しております）

やさしいフラで  
健康づくり  
申込フォーム

