讃美歌でフラ、しませんか？

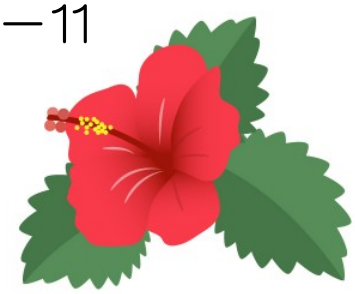
フラダンスは、心も体も使う運動です。リフレッシュ、老化防止に効果的。
お子様連れも大歓迎！年齢を問わず、車椅子の方も参加できます！

❀賛美フラサークルのご案内❀

日程: 毎月第一木曜日13:30～15:00
それ以外の木曜日13:30～15:00 自主練習

指導: 塩谷頼子氏
松戸市在住。賛美フラインストラクター

費用: 月一回1000円
（自主練習は無料です）

持ち物: 服装は自由。原則裸足で行いますが、学校使用の上履き持参して可。パウのある方はどうぞ。
水のペットボトル、タオル。必要な方は着替え。

場所: **習志野台キリスト教会**
〒274－0063　船橋市習志野台4－10－11
☎047－461－1577
http://narashinodai-church.jimdo.com/