

Light JAZZ ダンス

～楽しく踊ろう～

キレイの良いリズムに合わせて、ステップからコンビネーションまで、楽しくダンスをしてみませんか？ダンス以外にもストレッチ、筋トレ等も。初心者（Light）でも安心して参加できる楽しいエクササイズです！

最後はみんなで一曲踊ってみましょう！



山崎 郁子先生

POP'N GROUP (ジャズダンスチーム) 代表

