

# 虹の会 篠崎いきいきクラブ



虹の会 篠崎いきいきクラブ で楽しく体を動かしましょう！！

2015年9月1日  
代表：松村光博

平成 27 年 日程表

於：篠崎コミュニティホール5階 健康スタジオ 10:00～12:00

9月 4日(金曜日)  
9月 11日(金曜日)  
9月 18日(金曜日)  
9月 26日(土曜日)



10月 2日(金曜日)  
10月 9日(金曜日)  
10月 16日(金曜日)  
10月 23日(金曜日)  
10月 30日(金曜日)



毎金曜日 10時ジャスト準備運動からスタート。とはいっても会場準備がそろそろと待ちきれずに東京音頭や炭坑節に合わせ盆踊りを開始、9時半には受付を済ませた会員でほぼ満員です。

虹の会  
篠崎いきいきクラブ



フォークダンス、リズム体操、社交ダンスと  
いろいろなメニューで楽しく踊ります。



2009年(平成21年)7月  
江戸川総合人生大学卒業生  
有志により設立。  
代表：松村光博

健康体操(ダンス 踊り)を通して会員相互のいきいきとした健康づくりと、地域住民と親睦を図ると共に交流を図り、手を取り合って社会に貢献することを目標に活動中、現在は地域の方々を中心に毎回100名を超える会員が参加している。

参加費：100円/日  
毎週金曜日  
10:00～12:00  
篠崎コミュニティホール



ダンスで汗をかいたあとはみんな  
で歌いましょう。歌集 NO2  
には銀座の恋の物語以下昔懐かし  
い34曲・・・  
そして太極拳のゆるやかな動作  
と整理体操ですべてのメニュー  
が終了。

人生大学卒業生、地域の皆さんの参加をお待ちしております。

