

## 社交ダンス



社交ダンスは背骨の両サイドの筋肉を伸ばし（内筋）とても健康的なスポーツです。年齢を考えず素敵な洋服を着て心から若々しくなれます。また、会員の皆様は、男性は経験ゆたかで穏やか、女性はおっとりしている方が多いです。指導員は2名で、初心者の方も安心してご参加いただけます。是非ご参加ください。

