

懐かしのディスコソングで楽しく運動



# 健康ディスコ教室

イスに座りながら運動できます

令和7年10月20日(月) 13:00~16:00



講師：ちびゆり氏

(一社)長野県ストリートダンス普及協会代表理事、プロダンサー。  
大学生の時にストリートダンスの全国大会で学生日本一の称号を  
手にし、プロダンサーの道に進む。  
現在は教育や福祉の分野にも参画し、NHK長野放送局の番組に  
出演し、ディスコダンスを普及するなどメディアでも活動中。



DJ  
**Yuuuki** 氏  
ゆうき



津軽三味線奏者  
**八月朔日 健太** 氏  
ほづみ けんた



サックス奏者  
**祐川 慧樹** 氏  
すけかわ けいじゅ

ゲストによる1日限りのスペシャルコラボパフォーマンス披露あり!!

会場：バーデパークふくちアリーナ  
参加費：税込1,000円  
定員：先着60名  
持ち物：汗拭きタオル、運動靴、飲み物、  
動きやすい服装

どなたでもお気軽にご参加ください



〒039-0802  
青森県三戸郡南部町大字苦米地字上根岸73-1  
**0178-84-2850**  
※3日前までのご予約をお願いいたします。



お申込みは  
電話または  
QRコードから



## タイムテーブル

13:00 オープン&DJタイム  
13:30 健康ディスコ教室(ちびゆり)  
14:30 津軽三味線披露(八月朔日 健太)  
サックス披露(祐川 慧樹)  
15:00 DJタイム&休憩  
15:30 スペシャルコラボ  
パフォーマンス  
16:00 クローズ