



卒業生  
による

# 中学生対象

# チアダンス教室開催



## 日時

平成30年7月1日(日)

9時30分 受付  
10時 開始  
12時 終了予定

## 場所・対象

地下体育館  
中学生(約20名)

## 内容

- ①本日の予定案内
- ②ウォーミングアップ(15分)
- ③ストレッチ(30分)

- ④3人組ストレッチ
- ⑤アームポジションやテクニックレクチャー
- ⑥演技及び講評

## 持ち物

ダンスのできる服装、体育館履きなどの室内履き(ダンスシューズも可)、飲み物、タオル。  
髪の毛は結んできて下さい。

## 問合せ・申込先

チアダンス部顧問 山崎・我蛭(あびる)  
(学校 ☎03-3391-9700・5739)  
申込締切：6月29日(金)16時



※高校1・2年生は試験期間中のため参加しませんが、大学やクラブチーム等で活躍しているチアダンス部卒業生が指導します。

※ご注意：チアダンス教室では、怪我の無いよう配慮致します。万が一、怪我をされた場合は応急処置をいたしますが、保険の手続きはしておりませんので、ご了承下さい。