

旅も日常も
もっと楽しく

講師が
語る

旅の文化カレッジ

旅と旅の合間の生活を豊かにし、旅をもっと楽しんでいただく。「旅の文化カレッジ」はクラブツーリズムの室内講座です。専門知識をもった講師陣と、日常をより豊かにしませんか。

第9回
初心者のための
フラダンス講座

フラを通して 体と心を解き放つ

「最初は緊張した様子で教室に入ってきた方も、フラのきれいな音楽を聞いていくうちに、どんどん笑顔があふれてきました」。そう語るのは、昨年、フラの初心者コースで指導されたカラニ先生。教室は、ハワイの文化を学ぶことから始まります。フラの動きや歌詞にはすべて意味があり、「自然への愛情」謙虚さなど、日本人が古くから大切にしてきた心に通じるものです。そのやさしい心をもつこ

とができれば、誰でも上達することができるようです。昨年初めてフラを体験した方も、カラフルな衣装を着て、普段は眠っている体を動かすことで次第に心も明るくなり、一緒に踊る仲間と助け合いながら楽しんでいったとのこと。

「みんなと一緒に踊り、輝いている自分を見れば、もっと明るくなる。まずは普段の悩みや不安を忘れて、フラの時間を楽しんでみてください」とカラニ先生。ぜひこの機会に、体も心もリラックスさせてくれるフラダンスを始めてみませんか。

今回の講師
キナ先生&
カラニ先生

ハワイから来日したクムフラ（フラの師匠）の兄弟。ハワイ島で行われる世界最大のフラの祭典、メリーモナーク参加・入賞。日本のTV番組でも活躍している。



本場・ハワイの文化を伝えるキナ先生（右）とカラニ先生（左）



日常を忘れてフラに集中すれば、心も体もリラックス(写真はカラニ先生)

2013年 新規生募集！ キナとカラニのフラサイズ

- 受講料：9,000円（3回分/両コースとも）
- 会場：新宿アイランドウイング（地図はP.70に掲載）

初心者コース（全3回）
>>未経験の方でも「やってみよう」と思われる方はどなたでもご参加ください。
●コース番号：E1670-030
●時間：10:00～11:30

ステップアップコース（全3回）
>>より早く上達を目指したい方はこちら！未経験の方でもご参加いただけます。
●コース番号：E1672-030
●時間：15:00～16:30

期間①	3月2日	3月9日	3月16日
期間②	3月30日	4月20日	4月27日

※キナ先生・カラニ先生が毎回指導するわけではありません ※動きやすい服装を持参ください。着替えは教室内となります ※最初の開催日に限り、受講料 2,000円でお試し参加できます（ただし初参加の方に限ります）。また残り2回を引き続きご参加いただく場合は、残額 7,000円をお支払いください ※期間②からも参加できますが、期間①からの参加をおすすめします

ほかにも開講中！ フラダンス講座

- コース番号：04321-030
美容と健康のフラダンスレッスン
- コース番号：E0696-030
川島ふじ子先生のフラダンスレッスン
- コース番号：E0692-030
ハワイアンの調べで優雅にフラダンス
- コース番号：E0691-030
竹内真美先生のフラダンス

※詳細はパンフレットをご請求いただくか、WEBをご覧ください



資料請求番号
104002-030

「旅の文化カレッジ」で開催中の講座を掲載したパンフレットです。
パンフレットをご請求ください

次号はこの講座をご紹介します！

オペラでめぐるヨーロッパ

さまざまな国家・都市・音楽家に影響を受けながら愛されてきたヨーロッパを代表する舞台芸術、オペラの魅力に迫ります。



音楽評論家・堀内修先生が解説

- 音楽・歌
- ダンス
- 外国語
- 絵画
- 写真
- 手芸
- 書道
- 生け花
- 趣味
- 教養
- その他特別講座も随時開催！

講座紹介
毎日をもっと
楽しく生き生きと！
約170講座！



外国語



手芸



うたごえ教室

上記ツアーの
お申し込みは

03(5323)6822

月～金9:15～17:30(土・日・祝は休業)

詳しくは
WEBで！

旅の文化カレッジ

検索

講師インタビュー
全文掲載中