

歩く感覚で体を動かしながら

軽い脳トレーニングもできる

スクエアダンス

PM. SQUARES
杉並スクエアダンスクラブ 2002

ゲーム感覚で
頭をつかう 知的ダンスです

子どもから
大人まで
年齢に関係なく
楽しめます



スクエアダンスの面白さは
見ているだけでは
わからない!

さあ 一緒に
リズムにあわせて
ステップを !!

毎週 火曜日 午後 1 時 ~ 3 時 30 分

会場 杉並区立方南会館