

ビレッジの会&花の木会合同
ゴスペルフラダンス教室
第3回（令和2年2月28日（金）開催）

3回目のゴスペルフラダンス教室を開催しました。

今回は新型コロナウイルスが気になる時期でしたので、マスクをつけて手をつなぐことなども控えてのレッスンになりました。

今回初めての参加者もいらしたので基本のステップや手の振りなど丁寧に教えていただきました。

最後の頃には音楽に合わせて一通り踊れるようになり、少しずつですが開放感を感じ癒しホルモンが増えていくのが実感できました。

ゴスペルフラダンスを習っている方の平均年齢は60才とのことで、“P☆キャッツ”のみなさんは若いから覚えるのが早いですねと誉めていただきました！

ステップや手の動きを真剣に考えながら踊るので無表情になってしまい、目線に気をつけて笑顔で踊ることが今後の課題になりました。



心配ごとがある時期のレッスンでしたが、休憩の時にCafeの美味しいハーブティーをいただきながら、講師の先生のお話を伺い、お祈りすることで心が落ち着き、とても貴重な時間を過ごすことができました。ありがとうございました。

ハワイアンナイトでご披露できることを目標に、これからもレッスンを楽しみましょう。皆様のご参加をお待ちしています。

