

主体会 DANCE フィットネス を開催しました！！



平成 30 年 3 月 17 日（土）にウェルスポ主体会にて主体会 DANCE フィットネスを開催しました。午前・午後ともに定員を超える程の参加のお申し込みを頂きました。主体会 DANCE フィットネスの内容は、全身の筋肉をストレッチするストレッチダンス、様々なステップを含み全身の運動性向上に特化したヒップホップダンス、一体感や達成感が得られるような「ボンジョビダンス」「エグザイルダンス」等、様々なダンスを行いました。イベントにおいて「とても楽しかった」「また参加したい」等、たくさんのお声を頂き、大成功することができました。今回のイベントを行ったことで、課題も多々見つかり、今後さらに良いものにしていけるように努力していきたいと思えます。ありがとうございました。