

# スクエアダンス **無料**体験会

- ◎アメリカで生まれ 世界中で踊られている スクエアダンス をご存知ですか？
- ◎カントリーミュージック の軽快なリズムにのって踊る 楽しいダンスです。
- ◎ダンス名のとおり カップル4組が四角い隊形から「コール」という動きの指示に合わせて次々と隊形を変えていく 体と頭を使うダンスです。
- ◎小学生からシニア世代まで年齢を問わないシンプルで「コール」の組み合わせに色々変化があり心身に心地よい刺激と満足感が味わえます。



コーラーの指示を聞き、動作を行う、適度に身体と頭を使うダンスです。

主催：一般社団法人日本スクエアダンス協会 北海道統括支部

日時：2024年9月29日(日) 受付 午後1時から

開始：午後1時30分～3時30分予定

会場：札幌市北区民センター 2階 講義室

地下鉄南北線 北24条駅(1番出口)徒歩7分

札幌市北区北25条西6丁目1-1

参加費：無料です お友達、ご家族 お誘い合わせでどうぞ。

服装：普段着で結構です。上履きをお持ち下さい。

支部HP <https://www.jsda-hokkaido.com/>

問合せ：齊藤正也 ☎ 011-271-2983/080-6090-2983 メール [sygr.saito@nifty.com](mailto:sygr.saito@nifty.com)





## スクエアダンスって どんなダンス ?

スクエアダンスはカントリー&ウェスタンの軽快なメロディーにのって踊るアメリカ発祥のダンスです。

現在踊られているスクエアダンスはゲーム的な意外性と都会的センスを加味した現代的なダンスに変わって来ています。

男女4カップル計8人で四角(スクエア)になって踊るのでスクエアダンスと言います。ダンスと言っても音楽にのって機敏に歩くだけです。

スクエアダンスはコーラーと呼ばれる指導者がダンサーに動作を指示『コール』します。コールは英語ですが、短いことばですので、簡単な基礎動作(約 20)を覚えると誰でもスクエアダンスを楽しめます。慣れるとさらにたくさんの動作が準備されています。

現在 日本では 約 10,000 人(2024.4)、北海道では 410 名の方がスクエアダンスを楽しんでいます。

興味のある方は今回のスクエアダンス体験会でぜひ体験してみませんか。きっと素晴らしい世界が広がると思います。

体験会后に、お近くのスクエアダンス・クラブをご紹介(例会場所、曜日時間、初心者講習案内等)します。カントリーミュージックにのってあなたもスクエアダンスを始めてみませんか。



スクエアダンス 例会開催クラブ & 地区体験会開催情報

地区 例会開催施設・例会場・開催曜日・時間 クラブ・連絡先



支部ホームページ  
QRコード

2024年4月現在

地区	例会施設 (住所 ☎)	例会場 & 開催曜日 & 時間	クラブ名	連絡先	電話
札幌市中央区	南2西10 中央区民センター ☎011-271-1100		スウインガーズ'H	栗村 仁史	011-881-0503
〃 中央区	南5東2 スタジオ豊水ススキノSQ		ミルキーウェイ札幌	ハツ井 彰子	0134-54-0467
〃 中央区	南8西2 豊水会館 ☎011-511-0655	会議室C 月3回火曜 13:00~15:30	札幌豊水ダックスSDC	小池 実	011-874-1022
中央区体験会	月 日( ) ~ 開催場				
札幌市北区	北18西5 ノースエイム ☎011-716-3045	毎週月曜 12:00~15:00	札幌リリーベル	見上 友江	011-881-2806
〃 北区	北18西5 ノースエイム ☎011-716-3045	毎週金曜 18:00~20:00	ノースエイトスクエアーズ	山本 一幸	011-778-9715
〃 北区	北8西3 札幌エルプラザ ☎011-728-1222	健康スタジオ2 毎週火曜 13:00~15:00	You&遊スクエアーズ	澤田 峻一	090-3119-5594
〃 北区	北25西6 北区民センター ☎011-757-3511	1階集会室 毎週水曜 17:15~20:15	サニースウインガーズ	斉藤 正也	011-271-2983
〃 東区	北11東7 東区民センター ☎011-742-2390	毎週水曜 13:00~15:00	ノースエイトスクエアーズ	山本 一幸	011-778-9715
北区体験会	9月29日(日)13:30~15:30 北区民センター 2階講義室 実施団体:リリーベル・ノースエイト・You&遊・サニースウインガーズ+支部役員会				
札幌市豊平区	平岸6-10 豊平区民センター☎011-681-5121	毎週水曜 13:30~16:00	アレマンドSDC	斉藤多恵子	011-832-1129
豊平区体験会	月 日( ) ~ 豊平区民センター				
札幌市西区	琴似2-7 西区民センター ☎011-641-4790	毎週水曜 13:00~15:30	札幌レディス・トワラーズ	斎藤貴代美	011-684-2428
〃 西区	琴似2-7 西区民センター ☎011-641-4790	毎週土曜 17:45~20:50	サッポロ・ウエスタン・スターズ'	石崎 直樹	011-756-7052
〃 西区	発寒10-4 はっさむ地区センター☎011-662-8411	毎週月曜/13:00~16:00	スウィング ハーモニー	山口 啓子	011-761-3478
西区体験会	月 日( ) ~ 西区民センター				
札幌市手稲区	前田1-11 手稲区民センター ☎011-681-5121	毎週金曜/13:00~15:30	札幌ツィッターズ	原田 佳子	011-691-8507
手稲区体験会	月 日( ) ~ 手稲区民センター				