

こんにちは、茨城県神栖市「スタジオ・フープ」の男澤真美です。

ヒップホップクラスは現在、3才親子クラスから成人の上級クラスまで、行っています。

マットやとび箱を使用した、器械体操クラスや、高齢者向けのストレッチクラス等、幅広い年齢層の皆様と毎日元気に体を動かしています。

また、近くの保育所やデイサービスでも活動をしており、コミュニティーセンターや、市の文化センターでの発表会に向けて、練習をしています。

他のインストラクターの皆様と協力しながら、今後も地域に密着した活動をしていきたいです。

