



アロハソシオ

ALOHA SOCIO

活動内容

毎週行っている定期的な活動に加え、「アウトドアフェスタ」などまち主催イベントにも毎年参加しています。フラの基本ステップからていねいに指導しますので、初めて踊るから方でも安心して楽しんでいただけます。

キャプテン

増田 薫 Kaoru Masuda

Ka'olu I Ke Ao (Studio Iehua) 主宰



フラでたくさんの笑顔と ALOHA (愛) の心をシェアしましょう!

「思いやりと素直な心をもって人や万物に感謝し、慈悲と愛情を与え、幸福を分かち合う」。ハワイの「アロハ」(ALOHA)という言葉には、そんなステキな意味がこめられています。

Akahai【思いやり】 / **L**okahi【協調性】 / **O**lu'olu【喜び】
Ha'aha'a【謙虚・素直な心】 / **A**honui【忍耐】

ハワイの音楽にあわせて歌の意味を理解しながら踊ると身体も心も癒され、自然と笑顔になります。また、ゆったりとした動きを続けることによって、インナーマッスル(体幹)も鍛えられ、姿勢も自然と良くなります。初めてのフラ、お仕事帰りのフラ、水辺のフラ、アンチエイジングのためのフラに加え、ケイキフラ(子ども)やハワイアンリボンレイのワークショップなども行っています。ぜひご参加下さい!

