

ミンツだより

北本スクエアダンスクラブ Mints
総務部
第44号 2014年 1月 25日(土)発行

2014年が始まりました！ 今年も1年宜しくお願い致します！



寒い日が続いておりますが、かろうじて雪は降れども積もらず
元気よく歩いてやっと丁度いい体感温度になるあたり、まさに、
スクエアダンスにうってつけの気候であります。

とはいえ、まだインフルエンザやノロウイルスが猛威を振るう

この時期、油断は禁物です。身体の免疫力を高めるために、栄養のあるものを食べて、出来るだけしっかり睡眠をとって、
この時期だからこそしっかり防寒して積極的に出かけましょう。そして運動し、健康でいられるように頑張りましょう！

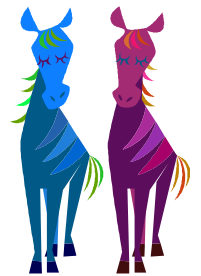
ここからは、4月に控えたアニバーサリーの準備に加え、コーラーチームでは3月中旬から
第5期初心者講習を企画中です。(初心者講習については、決まり次第例会内でご協力を呼びかけます！)

皆様のご協力が不可欠です。一緒に頑張っていたけると嬉しいです！！



【スクエアダンス十則】 (第7回)

スクエアダンスの世界には、ダンサーに是非意識してほしい「十則」があります。
誰とでも仲良く楽しくスクエアダンスを楽しむために、少しだけ気にしてみてください。



【第7則】無理をするな(Take it Easy)

「度を過ごしてはならない。疲れたら腰を下ろしなさい。時には見ることに、聞くことにより学ぶことも出来ます。

ただし、人に誘われて断った時は、同じチップでたとえ他の人に誘われても
踊ってはいけません」

スクエアダンスは楽しいですが、そこで無理をして身体を壊しては元も子もありません。周りのダンサーも気を遣ってしま
うでしょう。疲れた時は潔く休憩し、呼吸と身体を整えてから、再び踊りに出かけましょう。そのためにダンスの誘いを
断るのは、決して悪いことではありません。

しかし、ダンスの誘いを断った後に違う誰かに誘われたからといって、そのひとと組んでダンスに参加するのは、断った
相手に対して大変な失礼にあたります。常に公平な自分であるように心がけましょう。



例会情報

2月1日、8日、15日、22日...北部公民館1F 集会所
18時30分から21時までです。



パーティー情報

年	月	日	曜	時間	主催	催事名	会場	備考
2014	2	2	日	10:00~16:00	埼玉県SD連絡協議会	第32回 埼玉ジャンボリー	草加アコスホール	県連行事 参加推奨 Basicあります
2014	2	11	火(祝)	10:30~16:30	SDCつがむら	おらが村の 30周年アニバーサリー	TKPガーデンシティ千葉	事前申込制 × 切済み
2014	2	15	土	13:30~16:30	キューボラ スクエアーズ	特別例会	栄町公民館 2Fホール	コスチューム着用
2014	2	16	日	10:00~15:30	きぶなスクエアーズ	1st Anniversary	コンセーレ 1F大ホール	事前申込制
2014	2	16	日	10:30~16:00	MERRY PIONEERS	The 48th 創立記念パーティー	ハーモニーホール座間	事前申込制(定員350名)
2014	2	23	日	10:00~16:00	小田原レディース&G スクエアーズ	第16周年アニバーサリー	開成町福祉会館	事前申込不要
2014	2	25	火	18:30~21:00	べに花スクエアーズ	ビギナー卒業パーティー	桶川公民館	参加費無料

ミンツのHPは <http://mints.r.ribbon.to/> です。