

スクエアダンスって何？

スクエアダンスとは

アメリカ合衆国で生まれ、終戦後にフォークダンスの一種として紹介され、日本各地で踊られるようになったダンスです。

8人が手を取りあい、四角になってコーラーの指示に合わせ、カントリー&ウエスタンのメロディにのって踊る楽しいダンスです。スクエアダンスは基本的には“歩く”こと。“有酸素運動”で“脳トレ”にも最適です！！

動作は世界統一、日本各地はもちろん、アメリカ、カナダ、イギリス、フランス、ドイツ、オランダ、スウェーデン、オーストラリア、シンガポール、台湾、韓国でも踊られていますので、世界中、どこの国でもスクエアダンスを踊ることができます。

日本でも約300団体、約1万4千人の愛好者がいます。

