

ヤングダンスサークルほほえみ

2018年度初心者講習会

開催日	5月9日(水)・16日(水)・23日(水)・30日(水)
講習時間	19:30~20:30 (19:20開場 講習後21:30までフリータイム)
会場	三軒茶屋区民集会所 & 玉川台区民センター
参加費用	5月9日:1000円 5月16日以降:500円
対象	38歳以下の方
申込み	当日直接会場へお越し下さい
主催	ヤングダンスサークルほほえみ (Facebook Page)
問い合わせ	mailto:hiroshi@takita.jp



「ボールルームへようこそ」を見て感動した方。
ダンスを以前からやってみたかったけど、機会が無かった方。
堂々とお洒落をしたい方、そして沢山汗をかきたい方、そんな方を対象に講習会を開くことにしました。
種目は、ワルツ・ヴィニーズワルツ・サンバ・クイックステップ・ジルバ・タンゴの6種目です。
簡単なステップを中心に、まず踊る楽しさを実感してみましょう。

第1回目 5月9日(水)

種目:ワルツ・ヴィニーズワルツ

会場:三軒茶屋区民集会所

講師:エムズダンスアカデミー 青沼彩(プロスタンダードA級)

「ボールルームへようこそ」で主人公が最初に踊ったダンスで、社交ダンスの代名詞といえます。

日本語では円舞曲と訳されるように、回転が多く、女性のドレスが優雅にたなびく様はとても美しいものです。

上級の競技会ではリーダーは燕尾服、パートナーはドレスを着て踊ります。



第2回目 5月16日(水)

種目:サンバ (および前回の復習)

会場:玉川台区民センター

講師:サークル会員

リオのカーニバルで有名なサンバです。簡単なステップでリズムにのって楽しく陽気に踊れるダンスです。

ワルツやタンゴなどのスタンダード種目とは異なり、サンバはラテンアメリカン種目の一つなので、男性と女性はちょっと離れて踊ります。

第3回目 5月23日(水)

種目:クイックステップ&ジルバ (および前回の復習)

会場:玉川台区民センター

講師:サークル会員

クイックステップも「ボールルームへようこそ」で踊られていた、アップテンポの音楽で軽快に走り抜けるように踊るダンスです。スタンダード種目の一つなので、男性と女性は常に組んで踊ります。

また、同じリズムで踊れるジルバもご紹介いたします。

ジルバは競技種目ではありませんが、主にパーティーで踊られるダンスで、ジルバが一番楽しいと言う人もいるくらい人気のダンスです。



第4回目 5月30日(水)

種目:タンゴ

会場:玉川台区民センター

講師:サークル会員

スタッカートが多usedしたシャープな2拍子の音楽といえばタンゴですが、ダンスにおいても音楽に相應しい振り付けと足裁き、そしてシルエットを表現します。

タンゴは難しいと言われるますが、中でも簡単なステップをご紹介して、クールなダンスの一面を楽しんで下さい。

Q&A

Q:ダンスの講習会とは、どのようなことをするのですか?

A:プロの講師の先生やサークル会員の説明の元で、簡単なステップを実際に踊りながら、少しずつ覚えていきます。

リーダー(男性)とパートナー(女性)は常に入れ替わりながら練習を進めます。

Q:どんな服装で参加すれば良いですか?

A:動きやすく清潔な服装でご参加下さい。なお汗をかくことがありますので、着替えもご持参ください。

靴は履き慣れた動きやすいものをお勧めします。サンダルやミュールなどは危ないので避けたい方が良いでしょう。

Q:ステップを覚えられるか心配です。

A:全てのステップを覚える必要はありません。またステップを間違えても全然平気です。

Q:4回とも参加できません。

A:1回ごとに完結するプログラムなので、また各回に前回までの復習をしますので、ご都合の良い日だけでも結構です。

Q:時間に遅れそうです。

A:なるべく早く来て頂ける方が好ましいのですが、遅れてきた場合でもサークル員がフォローしますので、ご心配なさらないで下さい。

Q:4回の講習会が終わったら?

A:もしダンスを続けたいようでしたら、お住まいや職場から便利なダンスサークルや教室をご紹介します。

Q:「ヤングダンスサークルほほえみ」とはどんなサークルですか?

A:若い方にダンスの楽しみを知って頂けるよう「ほほえみカップ」を長年開催し、世田谷区で30年以上活動している、入会年齢38歳以下の若い方のためのサークルです。

プロの講師資格や指導員資格を有する会員が在籍し、日本スポーツダンス連盟の認定サークルとして世田谷区ダンススポーツ連盟に加盟しています。

スケジュール詳細

5月9日(水) 種目:ワルツ&ヴィニーズワルツ

19:30-20:30 講習会 (プロの先生の説明のもとに皆さんで踊ってみます)

20:30-21:30 自由練習 (会員が皆さんの分からないところを細かくフォローします)

5月16日(水) 種目:サンバ & 前回の復習

19:30-20:30 講習会 (以降は会員の説明のもとに皆さんで踊ってみます)

20:30-21:45 自由練習

5月23日(水) 種目:クイックステップ&ジルバ & 前回の復習

19:30-20:30 講習会

20:30-21:45 自由練習

5月30日(水) 種目:タンゴ & 前回の復習

19:30-20:30 講習会

20:30-21:30 自由練習

21:30- お疲れ様会(希望者のみ、実費)

簡単なダンス用語集

カップル ダンスを踊る男女2名のこと

リーダー カップルのうち男性のこと

パートナー カップルにおいて女性のこと

ホールド カップルがダンスを踊る際に互いに組むこと。

男性の右手は女性の左肩胛骨の下あたり、女性の左手は男性の方におく。

男性の左手と女性の右手は体から離して握る。

LOD(エルオーディー) ラインオブダンスの略。ダンスの踊る方向で、フロアを左回りに回りながら踊る。

フィガー ダンスの足形

ルーテン フィガーをいくつか組み合わせたもの

スタンダード種目 ワルツ・タンゴ・スローフォックストロット・クイックステップ・ウィナーワルツの5種目

ラテン種目 サンバ・チャチャチャ・ルンバ・パソドブレ・ジャイブの5種目