

~Cute & Beautiful~ ジュニアバレエクラス

目的

クラシックバレエの基本を習得し、音楽に合わせて楽しく踊ります。
バレエやダンスをやったことがないお子さまでも気軽にご参加いただけます。

会場 研修室
時間 17時10分~17時55分
講師 岡 陽子
対象 小学 1・2年生
料金/定員 全11回4730円 / 20名

教室カリキュラム(予定)

日程			
1	7月6日	見学日	
2	7月13日	<p><ストレッチ> 柔軟性を養います</p> <p><バレエレッスン></p> <p>・足や手の基本ポジションの習得。 ・柔軟性や筋力を鍛えるエクササイズ。 ・スキップやシャッセ、パドゥシャなどのパの練習。 そしてそれらを見学日に向けて組み合わせたものの練習を行います。</p>	
3	7月20日		
4	7月27日		
5	8月3日		
6	8月17日		
7	8月24日		
8	8月31日		
9	9月7日		
10	9月14日		
11	9月21日	見学日	

* 内容が予告無く変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

<ご連絡事項>

1. 伸縮性のある動きやすい服装(Tシャツ・レオタード・バレエタイツ・スパッツ) バレエシューズでご参加ください。
2. 健康管理は十分注意して無理をしないようにしましょう。
3. 『スポーツ傷害保険』に加入しております。教室参加中にケガをされた場合はすみやかに指導員までご報告ください。
4. お車での来館はなるべくご遠慮ください。お車で来館される場合、必ず当施設の駐車場(有料)に入れてください。施設付近の道路は駐車禁止区域です。駐車場の混雑状況により、教室に参加できない場合がございます。
5. 初回と最終回以外は参加者しか入室できません。また、見学日は撮影可能です。
6. アクセサリーや硬い髪留めなどはケガの原因となります。外してご参加ください。