

# グループレッスンリニューアル 大特集

時間	月	火	水	木	金	土
13:00 ~13:50						入門 ラテン
14:00 ~14:50	入門 スタンダード	中級 ラテン		みきの ボディメイク	初級 スタンダード	
15:00 ~15:50	バリエストレッチ		初級 ラテン		中級 スタンダード	キッズクラス
16:00						
17:00 ~17:50	大好評 フリーダンスタイム (全員)			スタンダード エクササイズ		
18:00 ~18:50		初級 ラテン	中級 ラテン	中級 スタンダード	ステップアップ スタンダード	
19:00 ~19:50	インストラクター 養成講座	初級 スタンダード	ステップアップ ラテン	入門 ラテン		
20:00 ~20:50	熱血!!ラテン エクササイズ		入門 スタンダード	上級 スタンダード	上級 ラテン	

## ~グループレッスン 新講座のお知らせ~

### バリエストレッチ 月曜日 15:00~ (担当: 鶴見)

以前、彩先生が担当していたバリエストレッチが担当者、内容ともにリニューアルして復活いたしました!!  
マットを使用したフロアバレエを主に行っていきますので、初めての方でも難しくありません!!  
普段使っていない筋肉を呼び起こして、踊りやすい身体と一緒に作っていきましょう!!

### スタンダードエクササイズ 木曜日 17:00~ (担当: 三木)

毎月第1木曜日はシークエンスダンス! 16小節の簡単なステップを覚えて、みんなで輪になって優雅に  
そして和やかに踊っています。楽しいです!!  
2週目以降はスタンダードエクササイズ! スタンダードの体の使い方をより簡単な動作で覚えて、  
実際にどう使われるのかを説明しながらトライしています。

来年もココからスタート!!  
**KSDA 新年会 2017**  
2017年1月22日(日)  
場所: 加藤周介ダンスアカデミー  
お茶・お菓子・おつまみあります!

ゴールデンウィークダンスまつり  
in  
上野精養軒  
2017年5月4日(木・祝)

第188回メダルテスト  
合格者  
2級スタンダード 川田様  
シルバー級ラテン 山口様  
ゴールド級ラテン 小川様  
スパ-7A級スタンダード 富澤様  
合格された皆様おめでとうございます!  
次回も頑張ってください!!

## 担当スタッフの「ココが一押し&魅力」

### 加藤 (木曜6時、木曜8時、金曜3時)

#### 中級スタンダード

「美しく魅せるスタンダード」ですので、初級の内容に加えて、どのように動けば美しく見えるのかについて取り組んでいます。種目はワルツ、タンゴ、スローフォックストロットを月ごとのローテーションで行っています。(8月はタンゴ、9月はスローフォックストロットです。)少しでもきれいに魅せたい方にオススメです。

#### 上級スタンダード

「テクニカルスタンダード」という事で、現在メダルテストのシルバー級のグループをたたき台にして、各々ステップの組み合わせ方、応用のさせ方など、一歩踏み込んだ内容になっています。組み方、踊り方なども掘り下げて説明していますので、ダンスについて探求している方にオススメです。種目はスタンダード4種目をひと月ごとにローテーションしています。(8月はワルツ、9月はタンゴです。)

### 三木 (火曜7時、水曜2時・5時、金曜2時・6時)

#### ボディメイク

ストレッチ等で体をほぐすことをメインに、より元気に、踊りやすい体になるようみんなで頑張っています。  
できなかった動作が少しずつできるようになるのは楽しいですよ。ぜひご参加ください!

#### ステップアップスタンダード

スタンダードのグループレッスンでは唯一、「バリエーションステップ」にチャレンジしています。  
難しいステップもベーシックのテクニックをもとに細かく解説しています。

### 熊井 (水曜7時、木曜7時、土曜3時)

入門、ステップアップラテン、  
D-grillsを担当しています。ステップアップでは  
基本的な練習はもちろん、  
パーティーでよく使うステップを中心に  
踊りこみます!お待ちしております!

### 田中 (月曜2時、水曜8時、土曜1時)

入門スタンダードと入門ラテンを  
担当いたします。立つ・歩く・回るなど  
踊ることには欠かせない動作の確認と  
入門編のステップを  
もう一度復習したい人にもオススメです!  
分かりやすく楽しい  
レッスンになるよう努力致します。

### 相田 (月曜8時、火曜2時、水曜6時、金曜8時)

#### 熱血!!ラテンエクササイズ

難しいステップを覚えることも大切ですが、簡単なステップを正しくカッコいいベーシックを用いて踊ることも大切ですよ!!  
ベーシックアクション等を、ただひたすら  
細かくネチネチやっています!  
覚悟してください!

#### 上級ラテン

上級者向けですので、容赦はしません!  
生徒さんのレベルに合わせて、簡単な事ばかりはしませんよ!!  
ただ、難しいステップ・アクション・タイミングを懇切丁寧に  
教えています!2か月で1種目なので、しっかりとやっていますので頑張ってマスターしていきましょう。

### 渡辺 (火曜6時、水曜3時)

#### 初級ラテン担当してます!

チャチャチャ・サンパ・ルンパ  
の基礎をピシバシと教えます。  
基礎力は、上達の為に欠かせません。  
一緒に1UP目指しましょう。

### 鶴見 (月曜2時・3時、水曜8時、土曜1時)

入門スタンダードと入門ラテンを担当しています。  
種目はスタンダードはワルツ・タンゴをラテンは、  
ルンパ・チャチャチャをひと月ごとにローテーション  
行っています。初めて社交ダンスを習う方、  
もう一度初心に戻って基礎から学びたい方にオススメです。  
7月より開講しました、バリエストレッチも担当しております!!一緒に  
柔らかくしなやかな動きを手に入れましょう!お待ちしております!!

教室ホームページにて  
グループレッスン入門クラスの  
ステップ復習動画を配信中!!  
是非ご覧ください!!



<http://www.ks-da.com/>