

# 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木曜日はシックエンスダンス! 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!!

## KSDA KSDA KSDA KSDA 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で行っています。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/>