

ヤングサークル USAKOの始動!!



会費はなんと
500円。

月に一回集まって
ダンスを通じて
楽しくゆるく繋がれる。

にやんと
ワンコイン。
ワンダフル♪



北千住発の
ヤングサークル
USAKOは



初心者大歓迎☆
ご紹介下さい!!

ヤングサークルUSAKO (U35)

日時: 8/24(土). 9/28(土). 10/19(土) AND MORE
時間: 19:00~20:30
場所: 加藤周介ダンスアカデミー
会費: 500円
飲物: ワンドリンク持ち寄り。アルコール無し

☆見た目と気持ちが35歳以下の方のサークルです☆

社交 ダンス 倶楽部

活動報告!!

社交ダンス倶楽部が始まり6月で3年目を迎えました!
部員も増え、ますます活気付いて来ました!!!!
初心者からの部活動なので、未経験者にも安心です。
踊って、おしゃべりして、ランチを満喫♪
社交ダンス倶楽部ならではのイベントも...! ?
ぜひ、遊びにいらっしゃって下さい☆

毎週金曜日 午前 10:00~12:30
1回 ¥3,000 (昼食付)

新入部員募集中!!

60歳以上の方なら誰でもご参加できます!!
お友達や、ご家族など誘ってご参加下さい♪

詳しくは、担当: 岡本まで☆

メダルテストを目標にして ダンス技術向上!!

メダルテストに挑戦する利点:

- 漠然とレッスンを受けるのではなく、具体的な目的を持ってレッスンを受けられます。
- 規定の足型を踊る為の技術、つまりベーシックをしっかり身につけることができます。
- 足型や基本の技術を活かす表現力も習得出来ます
- 自分自身がどれくらい踊れたのかという一つのステータスになります。

「最近、レッスン受けても、なんだか上手になっているのか分からない。」と思ったことはありませんか?
目的を持つことによって、貴方のダンスライフはもっと充実するはずです!
メダルテストに挑戦をして、しっかりとした技術を手に入れれば、自信もつきます!

この機会にメダルテスト、Let's Try !!

check!! ☆ドレス販売・レンタル☆

KSDAではドレスのレンタル・販売をしています!!

- ・プロが着用していたドレスなので、デザインも着心地も抜群!
- ・レンタルもやっているのて、お教室のデモなどでも気軽にどうぞ!!

4万円~

・KSDAのHPにも掲載しています。ぜひ覗いてみてください!

あなたにぴったりのドレスが見つかるかも...♡

お気に入りのドレスがありましたら、ご連絡下さい☆



その他モロモロ!! 詳しくは教室ホームページをチェック☆

社交ダンス 北千住



で検索!

暑中お見舞い申し上げます。

暑中見舞い申し上げます。

猛暑厳しき折、皆様ダンスライフをいかがお過ごしでしょうか。最近ワタクシ、暑がりになったせいか、汗をたくさんかくようになって、よりスリムになった気がしております。(気だけ、とスタッフに言われていますが(^^;) ...) ふだんから運動をしていると、熱中症にもなりにくいとのこと。暑さに負けず、元気ハツラツで踊っていきたいものです。スタッフも増え、みなで知恵を出し合いながら、少しでも楽しくダンスをして頂けるよう、いろいろな新しい催しを企画、実施しています。最近行った企画としては、男性のみを対象にしたパーティーや、若者層が気軽にダンスにふれあってもらう会、そして足立の花火で盛り上がる、の会(これはスタッフ限定企画でしたが...) などで。いろいろボツになったもの、まだお披露目出来ていないものもありますので、どうぞ楽しみにして下さい。それと共に、スタッフは後期の競技会に向け、日々練習を積み重ねています。皆、目標に向かって頑張っておりますので、競技会に足を運んで応援して頂けたら大変ありがたいです。ダンスは本当に楽しくて、触れ合いもあり、頭も体も活性化される素晴らしいスポーツです。もっともっとたくさんの方に親しんでもらえたら嬉しいです。

加藤周介

新人ミキティの徒然日記

こんにちは☆三木です。

桜の咲き始めにやってきて、あっという間に夏になりました。毎日、暑かったり暑かったり暑かったり。。体がつらい時期ですが、私たちダンサーも健康第一!

ということで!? 自炊してます☆(教室で)

朝練、営業、夜練とこなしていると時間がなくて(言い訳。。) 教室のレンジをフル活用しています! お気に入りをご紹介します☆

◎しょうがシロップ(加藤先生のお気に入り☆)

しょうがをすり下ろして、さらにすり鉢で細かくして、お砂糖(てん菜糖で!)と混ぜて、煮詰まらないよう水を加えてレンジでチン! しょうがを凍らせてからすり下ろすと、さらに細かくなります。この辺りはお好みで。

お湯割り、炭酸水割り(自家製ジンジャーエール!), 牛乳で割るのも美味しいです☆濃い目がお気に入りです。

そして教室中に、しょうがの匂いが。(^-;) まあ、しょうがない。

◎アイスクリーム(女子スタッフ大好き♡)

卵(新鮮な物)3つ分の「黄身」と「白身」と「生クリーム 200ml」をそれぞれボールに用意して、「黄身」にお砂糖 60g~80g(てん菜糖で!)を加えて、各々をハンドミキサーで泡立ててから、ゴムヘラで混ぜ合わせて、タッパーに移して冷凍庫へGO! 簡単で、雑味のない美味しいアイスクリームができます。

先輩方の評価も上々☆コーヒーに入れてコーヒーフロート☆

◎ひき肉ともやしのレンジ蒸し(安い! 簡単! 美味しい♡)

もやしをざっと洗って水けを切って、耐熱容器に移したら、ひき肉をほぐしながらもやしの上に広げて、塩コショウを振るだけ! ラップしてチンしたらびっくりするほど美味しくなります☆最後に全体を混ぜて。ラーメンの具に最適☆☆☆

次は何を作ろうかしら? 是非オススメ教えてください。

そして、教室で美味しい匂いがしても許して下さいー!

ありがとうございました!!

加藤周介ダンスアカデミー
G・Wダンスフェスタ 2013
in 上野精養軒

おかげさまで、無事盛会に終了することが出来ました。本当にありがとうございました。みなさまに喜んでいただこうと、いろいろな企画を盛り込んだつもりですが、いかがでしたでしょうか?

きっと色々なところで不手際もあり、皆様にご迷惑をおかけしたのではないかと思います。どうぞご容赦ください。今後も改善を重ねて、来年の五周年のパーティーにはもっともっと皆様が参加して良かったと思っただけのものにしていけるよう、スタッフ一丸となって取り組んでいきたいとおもいます。今後ともどうぞよろしくお願い致します。

また、パーティー後も皆様がダンスを通して今以上に人生を楽しみ、イキイキと元気にお過ごしいただけるよう皆で頑張っていきたいと思っています。

来年は

加藤周介ダンスアカデミー

〒120-0034 足立区千住 3-1 柏光ビル 6F

TEL 03-5284-1452

P. 01