

# ボールルームダンスⅡ

中級

クラス  
コード

64A51

曜日時限 土曜15:00~16:30

受講料 18,900円

定員 20名

単位 2単位

**概要** 社交ダンスの基本を習得された方を対象とします。本講座はダンスを理論的に理解し、カップルで踊るためのリードとフォロー、また、音楽に合わせて踊るという大原則を身につけることを目指します。基本練習が中心となりますが、レベルに応じて上級ステップへチャレンジします。なお、リズムをとることに自信のない方は初級クラスを受講してください。

**講師** 福原 亮

獨協大学舞踏研究会OB会副会長 専門/スタンダード

在学中、東部日本学生競技ダンス選手権I部戦においてワルツ・スローフォックストロットの部で2種目優勝。1997年からオープンカレッジ「ボールルームダンス講座」の指導に携わる

**テキスト** プリントを配付します \*ダンスシューズをご用意ください。  
(購入希望の方は初回の講義で店舗のご案内をしますので、初回はゴム底ではない革靴などを、女性はヒールのある履きなれた靴をご用意ください)

**内容** 5月12日~7月7日(全9回)

- ① 5月12日 ガイダンス 基本練習(姿勢、ウォーク) 足慣らし(ワルツ、タンゴ、ルンバ、チャチャチャ)
- ② 5月19日 基本練習 ワルツ1 シルエットに重点を置く
- ③ 5月26日 基本練習 ワルツ2 ムーブメントに重点を置く
- ④ 6月2日 基本練習 タンゴ1 タンゴウォークとCBMの理解
- ⑤ 6月9日 基本練習 タンゴ2 タンゴらしい踊り方
- ⑥ 6月16日 基本練習 スローフォックストロット1 ベーシックステップ(乗り越えとヒールターン)
- ⑦ 6月23日 基本練習 スローフォックストロット2 ムーブメント(ワルツとの違い)
- ⑧ 6月30日 ラテン種目:基本練習 ルンバ、チャチャチャ
- ⑨ 7月7日 楽しく踊る(ダンスパーティー)

※更衣室はありませんので、運動しやすい服装でお越しください。

※健康に不安をお持ちの方は、医師とご相談のうえお申し込みください。