

# ボールルームダンス入門 — 初心者のための社交ダンス —

クラス  
コード **62A49**

**曜日時間** 土曜10:55~12:25

**受講料** 15,400円

**定員** 20名

**単位** 2単位

**概要** 社交ダンス未経験者および少し経験のある方を対象とします。「誰とでも楽しく踊れる」ための基本となる「リズムのとり方」、「動き方」、「ステップ」を習得します。「誰でも踊ることが出来る」ということに気づき、踊ることが楽しく感じられるでしょう。

**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

**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。(購入希望の方には初回の講義で店舗をご案内します。初回はゴム底ではない革靴など、女性はヒールのある靴をご用意ください)

**内容** 5月18日~7月6日(全7回)

- ① 5月18日 ガイダンス ダンス概論 踊ってみる(ブルース1)
- ② 5月25日 基本練習 歩き方(リズムの取り方、ウォーク練習) ブルース2 ジルバ1
- ③ 6月1日 基本練習 ジルバ2
- ④ 6月15日 基本練習 ワルツ1(ベーシックステップ1)
- ⑤ 6月22日 基本練習 ワルツ2(ベーシックステップ2)
- ⑥ 6月29日 基本練習 ルンバ(ベーシックステップ)
- ⑦ 7月6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、医師と相談のうえお申し込みください。