

ボールルームダンス中級 — 社交ダンスの上級者を目指す —

クラス
コード **64A51**

曜日時限 土曜 15:30~17:00

受講料 15,400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（リズムをとることに自信のない方は「ボールルームダンス初級」を受講してください）。本講座はダンスの理論を体得し、カップルで踊るためのリードとフォロー、また、音楽に乗って踊ることを目指します。基本練習が中心ですが、レベルに応じて上級ステップへチャレンジします。

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 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25日 基本練習 ワルツ1（シルエットに重点を置く）
- ③ 6月1日 基本練習 ワルツ2（ムーブメントに重点を置く）
- ④ 6月15日 基本練習 タンゴ1（タンゴウォークとCBMの理解）
- ⑤ 6月22日 基本練習 タンゴ2（タンゴらしい踊り方）
- ⑥ 6月29日 ラテン種目の練習 基本練習 ルンバ、チャチャチャ
- 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。