



♡8/1日 13:15-14:45

CONTEMPORARYDANCE

☆コンテンポラリーダンス

1レッスン/2000 縁

講師/タキセマイ contemporarydance artist

会場/みんなの森 ぎふメディアコスモス 踊るスタジオ

岐阜県岐阜市司町40番地5

* 持ち物/水分、動きやすい服装 *マスク着用をお願いします

☆コンテンポラリーダンスレッスン内容

呼吸と共に全身をリラックスさせて、重力を使ったストレッチや、関節に負担の少ないダンスエクササイズを行います。

床のウォーミングアップでは、柔軟性や筋力アップをめざします。

膝の屈伸や足のエクササイズでは、ダンスの基礎テクニックとなる、美しい姿勢での身体の動かし方を丁寧に指導します。

音楽に合わせて、心と身体を解放して踊ることは、日常の感覚から離れ、表現力を養い、心の豊かさや魂の喜びへと繋がります。

ダンス未経験者の方にも楽しんでいただけるクラスとなります♪

♡講師プロフィール

7歳よりクラシックバレエを習う。在学時、京都のマリコダンスシアターにて、モダンダンスを高安マリ子に師事し、ダンスの道に導かれる。2002年、英国のThe placeにあるロンドンコンテンポラリーダンススクールにて学び、ケント大学認定の1年間のサーティフィケートコースを修了する。2007年、愛知県新進アーティストの発見 in 愛知にて選出され、振付作品を発表。その後も精力的に創作活動続ける。2012年より、舞踊家やまだしげが主宰する美濃加茂市の Studiosouko450にて、コンテンポラリーダンスクラスを開講し、現在に至る。2014年、jcdn認定のコミュニティダンスファシリテーター養成コース修了。近年は、お寺や障害福祉事業所にて、即興表現 WS や脳トレ健康体操を定期開催しダンスと社会を繋ぐ活動に積極的に取り組んでいる。2019年、可児市文化創造センターalaの市民参加事業「オーケストラで踊ろう」にて、振付助手を務める。リトルワールドダンスコンテストの審査委員、他スタジオの発表会への作品提供、大学舞踊学科への生徒輩出など、多岐に渡る。

☆ご予約 & お問い合わせ

090-9933-4073

DANCEPEACH659@
GMAIL.COM タキセ

ご予約お待ちしております♪