

D-Life ダンススクールでは、みなさんのダンスの幅を広げるために、講座制クラスを開講しています。普段のレッスンとは違ったアプローチで、踊るためのからだづくり、レベルアップを手助けします。D-Life スクール生でない方も大歓迎です！この機会にぜひ受講してみてください！

アクロバット講座

講師 西村惣一

ちびっこ・キッズアクロバット **申込み受付期間** 12/11 (日) 10:00 ~ 12/24 (土) 18:00

■ちびっこアクロバット講座

対象：4歳~小学2年生 ★定員：16名程度

主にマット運動の基礎を学ぶとともに、手を着く感覚、転がる感覚、逆さになる感覚を養います。少しずつ丁寧に教えていきますので、運動が苦手な子でも大丈夫です。幼児期に様々な動きを経験していくことで、身体を動かす基礎が作られ、成長後の運動にも良い影響を与えることにつながります。

練習技例
前転、後転、側転、ブリッジ、
倒立からブリッジ、
前方倒立回転など・・・

☆学園スタジオ ちびっこアクロバット 日時：土曜日 10:45 ~ 11:45 (60分間)
1/7, 14, 21, 28 2/4, 18, 25 3/4, 11, 18, 25 (全11回/14,850円)

☆龍ヶ崎スタジオ ちびっこアクロバット 日時：金曜日 16:00 ~ 17:00 (60分間)
1/6, 13, 20, 27 2/3, 10, 17, 24 3/3, 10, 17, 24 (全12回/16,200円)

■キッズアクロバット講座

対象：小学生 ★定員：16名程度

主にマット運動の基礎を学ぶとともに、手を着く感覚、転がる感覚、逆さになる感覚を養います。学校体育で行われる基本技を習得することを目標としながら、個人のレベルに合わせて難しい技にも挑戦します。また、ダンスに入れられるような技にも挑戦していきます。

練習技例
後転、側転、シフト、
マカコ、前方ブリッジ回転、
バク転など・・・

☆学園スタジオ キッズアクロバット(火) 日時：火曜日 19:00 ~ 20:15 (75分間)
1/10, 17, 24, 31 2/7, 14, 21, 28 3/7, 14, 21 (全11回/14,850円)

☆学園スタジオ キッズアクロバット(土) 日時：土曜日 11:45 ~ 13:00 (75分間)
1/7, 14, 21, 28 2/4, 18, 25 3/4, 11, 18, 25 (全11回/14,850円)

☆龍ヶ崎スタジオ キッズアクロバット 日時：金曜日 17:00 ~ 18:15 (75分間)
1/6, 13, 20, 27 2/3, 10, 17, 24 3/3, 10, 17, 24 (全12回/16,200円)

■キッズアクロバッドヴァンス講座

対象：小学生~高校生

場所：学園スタジオ 日時：土曜日 9:30 ~ 10:45 (75分間) ★定員：16名程度

テスト合格者を対象に、より発展した技の練習を行います。テストはそれぞれの講座内で行い、イベントには原則参加しません。

練習技例
前方倒立回転、マカコ、バク転、
側宙等・・・

1/7, 14, 21, 28 2/4, 18, 25 3/4, 11, 18, 25 (全11回/14,850円)

■アクロバット入門講座

対象：中学生~大人 (全4回/5,400円)

場所：龍ヶ崎スタジオ 日時：金曜日 20:00 ~ 21:30 (90分間) ★定員：16名程度

ストレッチによるしなやかな身体作りを目指し、体幹や腕のトレーニングによってアクロバットに必要な筋力を身につけていきます。基礎を確実に身につけながら、各個人に合わせた技の練習を行っていきます。

《1月コース》 1/6, 13, 20, 27 **申込み受付期間** 12/11 (日) 10:00 ~ 12/24 (土) 18:00

《2月コース》 2/3, 10, 17, 24 **申込み受付期間** 1/15 (日) 10:00 ~ 1/27 (金) 18:00

《3月コース》 3/3, 10, 17, 24 **申込み受付期間** 2/12 (日) 10:00 ~ 2/24 (金) 18:00