

1~3月 [第4期] 講座クラス

D-Life ダンススクールでは、様々なテーマ・ジャンルで「講座制クラス」を開講しています。

バラエティ豊富なレッスンと個性あふれる講師陣が、踊るための身体づくりと一人ひとりのレベルアップを応援します!!

※「講座制クラス」は必ず事前のお申し込みが必要です

D-Life講座は「期」の途中からの受講も可能です!

講座クラスは担当講師に確認の上、期の途中からの受講も可能です。  
希望される方は、体験・見学时に担当講師に直接ご相談ください。  
※12/10(日)10:00 ~ 12/16(土)18:00の第4期受付期間で定員に達した場合などは、途中からの参加はできません。  
詳しくはお問い合わせください。

1~3月 [第4期] 講座クラス 受講・体験申込みのご案内

※予約サイト「Coubic」からのお申し込みです※

受講申込み

- ① 予約サイト「Coubic」内 D-Life特設ページよりお申込みください。  
受付期間は右上・講座詳細欄 (中面:2-3ページ) をご覧ください。

※メール・電話・FAX等での受付はできません

<https://coubic.com/d-life>

右側のQRコードからも読み込めます→



- ② 「Coubic」でお申込後に noreply@coubic.com より自動返信で【ご予約通知メール】が届きます。

自動返信メールに記載されている URL にあるフォームより、締切日までに受講者情報の登録を行ってください。

※上記2点を持ちまして、受講申込みが完了となります  
※受講者登録は講座ごと・申込みの「期」ごとに毎回必要  
ですので、忘れずお手続きをお願いいたします

体験レッスン [無料] ※お一人様1回限り

ご希望の方はD-Lifeダンススクール事務局まで、お電話でお問い合わせください。

電話番号 029-858-6380

受付時間 月~金 10:00~18:00

※体験申込みはメールでの受付です (詳細はお問い合わせください)  
※アクロバット講座の各期最終日は見学・体験不可です。  
※定員に達している講座は受付できませんので、ご了承ください。

< 注意事項 >

- 申込後1日たっても自動返信メールが届かない場合は、D-Lifeまでお電話ください。
- 携帯メールの方は、noreply@coubic.com/info@dance-life.jpからの返信が受け取れるように設定をお願いします。
- Yahooメール/Gmailなどをご利用の場合、返信メールが「迷惑メールフォルダ」に振り分けられることがありますので、ご確認をお願いいたします

講座を受講される際のお願い

- ★ 申込受付期間外の受付はできません。
- ★ 受付は先着順です。定員になり次第、締切となります。  
詳しい申込受付方法については、Coubic 予約ページのご案内を必ずご確認ください。
- ★ 申込みが5人以下の場合は、開講しないことがあります。  
その場合、1週間前までにご連絡いたします。
- ★ 講師への断りなく、レッスン時の写真・動画の撮影はご遠慮ください。

- ★ 料金は予約サイト「Coubic」の手順に従い、お支払いください。  
PayPay・銀行振込希望の方には、開講決定後にメールで支払い方法をご案内いたします。期日までにお手続きをお願いします。
- ★ D-Life こどもクラス会員でない方は、別途スポーツ保険料がかかります。  
中学生以下 800 円・高校生以上 1,850 円をお支払いください。  
※大人の方 (高校卒業以上) のスポーツ保険加入は任意です  
※保険は年度ごとに更新が必要です (2023 年度は 2024 年 3/31 まで有効)

■お問い合わせ



D-Lifeダンススクール

つくばスタジオ/学園スタジオ/阿見スタジオ/龍ヶ崎スタジオ  
Dシアター/守谷スタジオ/新守谷スタジオ/つくば南校

事務局: 0305-0821 茨城県つくば市春日3-20-12



029-858-6380

☆電話受付☆  
月~金 10:00~18:00



info@dance-life.jp



http://www.dance-life.jp

# 2023年度 1～3月 [第4期] 開講講座

お申込み  
受付期間

第4期 (1～3月) 12/10 (日) 10:00～12/16 (土) 18:00

※3ヶ月まとめて募集を行いますので、上記の期間内にお申込みください。

## アクロバット (基本)

### 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

主にマット運動の基礎を学ぶとともに、手をつく感覚、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することで、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、  
倒立からブリッジ、  
前方倒立回転など…

### キッズアクロバット講座

対象：小学生 / 定員：各講座で異なります

主にマット運動の基礎を学ぶとともに、手をつく感覚、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、ダンスの振付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…

#### 【新守谷スタジオ】ちびっこアクロバット(木)

日時：木曜日 16:00～16:50

講師：豊田 彩乃

1/11,18,25 2/1,8,15,22 3/7,14,21 (全10回 16,500円)

#### 【新守谷スタジオ】ちびっこアクロバット(土)

日時：土曜日 13:30～14:20

講師：豊田 彩乃

1/13,20,27 2/10,17,24 3/2,9,16 (全9回 14,850円)

#### 【龍ヶ崎スタジオ】ちびっこアクロバット(金)

日時：金曜日 16:00～16:50

講師：外村 慎太郎

1/12,19,26 2/2,9,16 3/1,8,15,22 (全10回 16,500円)

#### 【学園スタジオ】キッズアクロバット(火)

日時：火曜日 19:10～20:10 / 定員：16名

講師：柳沢 黎

1/9,16,23,30 2/6,20,27 3/5,12,19 (全10回 16,500円)

#### 【新守谷スタジオ】キッズアクロバット(木)

日時：木曜日 17:00～18:00 / 定員：18名

講師：豊田 彩乃

1/11,18,25 2/1,8,15,22 3/7,14,21 (全10回 16,500円)

#### 【新守谷スタジオ】キッズアクロバット(土)

日時：土曜日 15:40～16:40 / 定員：18名

講師：外村 慎太郎

1/13,20,27 2/10,17,24 3/2,9,16 (全9回 14,850円)

#### 【龍ヶ崎スタジオ】キッズアクロバット(金)

日時：金曜日 17:00～18:00 / 定員：18名

講師：外村 慎太郎

1/12,19,26 2/2,9,16 3/1,8,15,22 (全10回 16,500円)

## アクロバット (発展)

### アクロバットアドヴァンス講座

対象：小学生～高校生 / 定員：18名

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ます。イベントには原則参加しません。

#### 【新守谷スタジオ】アクロバットアドヴァンス(木)

日時：木曜日 18:10～19:10

講師：豊田 彩乃

1/11,18,25 2/1,8,15,22 3/7,14,21 (全10回 16,500円)

#### 【新守谷スタジオ】アクロバットアドヴァンス(土)

日時：土曜日 14:30～15:30

講師：外村 慎太郎

1/13,20,27 2/10,17,24 3/2,9,16 (全9回 14,850円)

## LOCKING

### LOCKING講座

日時：火曜日 18:15～19:45 講師：ICHI  
場所：つくば南校 [イオンモールつくば平面駐車場内]  
対象：小学生～高校生 ※ダンス経験2年以上 定員：20名

1/9,16,23,30 2/6,13,20,27 3/5,12,19 (全11回 18,755円)

LOCKINGの基礎を1レッスンに1テーマ、丁寧にしっかりと！やった事のある動きも、そのレベルレベルで気づける事が違うんですね、、、基礎って大事！

そこからの振付の中でLOCKINGを踊る楽しさを一緒に学ぶクラスです！勿論初心者こそ大歓迎！

キレキレもよし！クネクネもよし！スローもよし！正解だらけのダンスと一緒に踊りましょう！

## フリースタイル

### フリースタイル講座

日時：火曜日 17:30～19:00 講師：小松原 大平  
場所：新守谷スタジオ  
対象：小学生以上 定員：25名

1/9,16,23,30 2/6,13,20,27 3/5,12,19 (全11回 18,755円)

フリーでダンスを踊れるようになるための講座です。

それぞれの個性を活かしながら「自由に踊る感覚、音楽に反応する身体」を養います。苦手という人は苦手意識が無くなるように。

得意な人も引き出しが増えるようにレッスンしていきます。

様々な練習方法を学びながら、きっとダンスがもっと楽しくなる！！

## BREAKIN'

### BREAKIN'入門講座

日時：水曜日 18:15～19:45 講師：長野 雅大  
場所：守谷スタジオ  
対象：小学生～中高生 定員：15名

1/10,17,24,31 2/14,21,28 3/6,13,20 (全10回 17,050円)

小学生以上を対象にブレイキンクラスを開講！

トップロック、フットワーク、フリーズなどの基本的な技をしっかりと学び、ウィンドミルなどの大技の習得を目指します。

## バレエ・コンテトレーニング

### バレエ・コンテトレーニング講座

日時：土曜日 14:00～15:15 講師：伊藤 有美  
場所：Dシアター  
対象：小学3年生～高校生 定員：18名

1/20,27 2/3,10,17 3/9,16,23 (全8回 12,320円)

バレエの基本を重視し、バレエシューズで徹底的に安定した体幹・軸の確立を目指します。体幹と軸は、すべての動きの基本となる重要な要素で、コンテンポラリーダンスの動きにも必要不可欠。

ひとつ上のパフォーマンスを目指す皆さんにぜひ受講してほしいクラスです。年間を通した受講をお勧めします。

※受講の際は「バレエシューズ」をご用意ください

## HOUSE

### 阿見HOUSE入門講座

日時：水曜日 17:30～18:45 講師：小沼 楓果  
場所：阿見スタジオ  
対象：小学生～高校生 定員：24名

1/10,17,24,31 2/7,14,21,28 3/6,13,20 (全11回 16,940円)

### 守谷HOUSE入門講座

日時：金曜日 17:30～18:45 講師：小沼 楓果  
場所：守谷スタジオ  
対象：小学生～高校生 定員：26名

1/12,19,26 2/2,9,16,23 3/1,8,15,22 (全11回 16,940円)

基礎練習や振付を通して、HOUSEの基本ステップを1つ1つ丁寧に指導していきます。

連続したステップに合わせて、心と身体が踊り出す瞬間がHOUSEダンスの最大の魅力！ステップが苦手な子も、HOUSEダンスって何？という子も安心して受講いただける内容です。