
女子カアアップ！ はじめてのタヒチアンダンス <第1回>

日 時 平成30年4月10日(火) 18:30~20:30

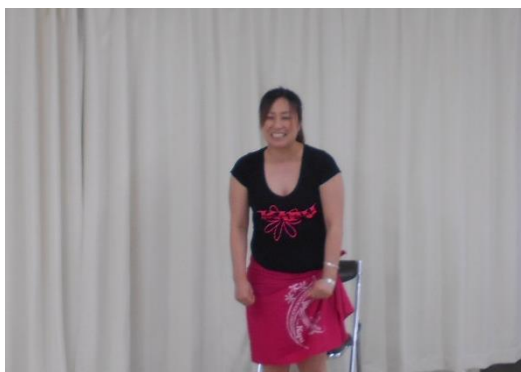
講 師 MiKa (稲田 美加) 先生

楽しく踊るために必要な体の土台作りや、タヒチアンの基本ステップなどを楽しく学ぶ講座です。

◎タヒチアンダンスに必要な体の部位を動かす基本ステップ

3名と受講生の少ない講座ですが、和気あいあいとした雰囲気の中でスタート。

1回目ということで、「リズムを取る」ことを目標に体を動かしました。初めはぎこちない動きでしたが、先生の模範ダンスとわかりやすい指導に、受講者の皆さんはどんどん意欲的に。とても充実した講座になりました。



女子カアッ！ はじめてのタヒチアンダンス <第2回>

日 時 平成30年4月24日(火) 18:30~20:30

講 師 MiKa(稲田 美加)先生

◎基本ステップ&ハンドモーション

タヒチアンダンスの2回目で、欠席者もなくMiKa先生の指導のもと、振り付けを覚えるのに苦労されながらも、「基本ステップとハンドモーション」を学習しました。途中、先生の模範演技を動画撮影され、各自、自宅で自主練習をされるとのことでした。

今回も、受講生からは、終了後に「きつかったけど、楽しかった。」と感想でした。

