

桜もだんだん咲きはじめ、いよいよ春！
といった雰囲気になってきました！

さあ♪春は何かを始めたい季節です♪
気分一新、初めての種目やレベルアップ、
デモやパーティーデビューなど、
新しい事にどんどん挑戦していきましょう！！



What's New?

～JSDCによるイベント、講習会のお知らせ～

♪4月のオリエンテーション

日時：4月7日(土) 16:00-
場所：渋谷プライベートスタジオ
料金：無料

♪4月のラテンナイト

日時：4月7日(土) 19:00-21:30
場所：渋谷プライベートスタジオ
料金：2,500円 or 練習会チケット、初参加者 1,000円

♪JSDCアニュアルパーティー2018

日時：4月15日(日) 15:00-19:00
場所：池袋アカデミーホール
料金：前売り 7,000円(4/13まで) 前日・当日 7,500円
初めてご参加の方 2,000円 クラブメンバー10%off

♪4月のタンゴプラクティカ

日時：4月21日(土) 19:00-21:30
場所：渋谷プライベートスタジオ
料金：2,500円 or 練習会チケット

♪4月のアメリカン練習会

日時：4月28日(土) 18:15-20:45
場所：渋谷プライベートスタジオ
料金：2,500円 or 練習会チケット
初心者の方も積極的にご参加下さいね！

※すべての練習会共通 初参加の方は **1,000円!**
で参加できます♪



5月からのイベント

- ★5月12日(土) オリエンテーション
- ★5月12日(土) タンゴプラクティカ
- ★5月13日(日) SWING/ジルバを踊ろう！
- ★5月14日(月) シニア・アフターヌーンパーティー
- ★5月19日(土) クラブメンバー懇親会
- ★5月26日(土) 練習会

アニュアルパーティー2018

2017年4月15日(日) 15:00～19:00

@池袋アカデミーホール

チケット

前売り(4/13までのお支払) 7,000円
前日・当日 7,500円
初めてご参加の方 2,000円

JSDC クラブメンバー10%off!

**飲食付き、テーブル自由席、ミニレッスン、
生徒様と講師のデモ、スタッフショーあり!**
JSDCの年に一度のドレスアップパーティーです!!
いつもよりオシャレして素敵なおひとときを
一緒に過ごしましょう!!

シニア アフターヌーンパーティー

2018年5月14日(月) 13:00～15:20

桜新町区民集会所 (田園都市線)

¥2,000(スナック&ソフトドリンク付)持ち寄り大歓迎!

クラブメンバー懇親会(上半期)

2018年5月19日(土) 19:00～21:30

渋谷プライベートスタジオ 無料(持ち寄り歓迎)

SWING/ジルバを踊ろう!

2018年5月13日(日) 18:30～21:00

八幡山区民集会所 (京王線八幡山駅)

¥2,000 (チケットは当日) 購置が何回もあります。

We ♥ Dancing
～ヨシ矢野のダンスコラム～

今回は、ペアダンスを習う上で、是非身に付けて頂きたいダンスの基本になる動きについて書きます。これらを身に付けておくことでステップがスムーズに身に着くと思えます。

1つ目は、初級のクラスでも練習するグレイプバイン、特にアメリカンスタイルでは色んなダンスに使います。又グレイプバインを組んで行う時は、平行に進む方法、同じ方向にと進む方法の2つがあり、このリードを身につけるとあらゆるダンスで役に立ちます。アルゼンチンタンゴの基本でもある動きです。

2つ目は、ツイストで、腰を回す動きです。1950年代の終わりから60年代にかけてアメリカから世界中で大流行した動きです。ここから発展して、スイブル、タンゴで使うファン、アルゼンチンタンゴで使うオーチョ、ハッスルのディーバウオークなど色々なダンスに応用されています。

3つ目はロック(Rock)、体重移動のステップです。これも沢山のダンスで使われており、発展してピボットとなっています。

4つ目は、もう一つのロック(Lock)、足を交差する動作、ウイナーワルツ、クイックステップ、アルゼンチンタンゴ、チャチャチャ、などに使います。

5つ目はシャッセ。ステップ、閉じる、ステップの3歩で成り立っています。この時の「ステップ」は、足を出して体重を移すときの動きの事を言います。あらゆるダンスに出てきます。チャチャチャの横のベーシックの中で出てくる「チャチャチャ」の部分がよい例です。

6つ目はロンデ。クラシックバレエではロン・ドウ・ジャンプといい、足つま先で前や後ろに円を描きます。この動きもあらゆるダンスに入っています。足のターンアウトがキープできるかが美しく見せるコツになります。

7つ目はピボット。簡単に言うと1つの足で回る動きを指しますが、詳しいやり方はそれぞれのダンスのクラスで習って下さい。

もっとダンスでよく使うステップはあると思いますが、現状で私が思いついたものを出しました。

無理なく体に余り負担かけずに上手になりたいものです。

そしてダンスを楽しんで一生続けたら最高ですね。