

つばさワークショップ アルナス組レッスン スケジュール

2015年12月21日(月)～23日(水・祝)

日	時間	内容	数	会場
21 Mon.	13:00 17:30	アルナス・カチューシャ プライベート・レッスン	一人 6レッスン	ファミリア
	17:30 18:00	足学(ポトロジー) 足から考えたリンパ療法 樋口 昌子 先生(リンパ療法士)	講習	スタジオ2
	18:00 20:00	アルナス、カチューシャ レクチャー	講習	スタジオ2
	20:30 21:00	足学(ポトロジー) 樋口 昌子 先生	個別相談	スタジオ2
22 Tue.	9:30 10:00	足学(ポトロジー) 樋口 昌子 先生	講習	スタジオ2
	10:00 12:00	アルナス、カチューシャ レクチャー	講習	スタジオ2
	12:00 12:30	足学(ポトロジー) 樋口 昌子 先生	個別相談	スタジオ2
	13:00 17:30	アルナス、カチューシャ プライベート・レッスン	一人 6レッスン	ファミリア
23 Wed.	10:30 12:00	ピラティス 体幹機能計測 長尾知香先生(理学療法士)	集合 個別測定	スタジオ2
	12:45 14:15	スタンダード レクチャー 中井 信一 先生 (ダンス ダイナミクス)	講習	スタジオ2
	14:15 15:45	ダンスの為にトレーニング 菅野直子 先生	講習	スタジオ2
	16:00 17:30	スタンダード プラクティス	練習会	スタジオ2
	17:30 19:00	ラテン プラクティス	練習会	スタジオ2

ワークショップ受講料

<3日とも1日 1名>

アダルト	¥4,000
ジュブナイル(5年生以上)、ジュニア、ユース	¥3,000
大学生	¥3,500

<3日間通し1名>

アダルト	¥10,000
ジュブナイル(5年生以上)、ジュニア、ユース	¥8,000
大学生	¥7,000

※プライベート・レッスン受講の方の、スタジオ2使用料は当日のみ無料とします。

※ジュブナイル・ジュニア・ユースでプライベート・レッスンを受講の方の、
当日のレクチャー受講料は無料とします。

同様にアダルト、大学生の方のレクチャー受講料は、1名¥2,000とします。

講師紹介

中井 信一 先生： ダンスジャルダン大森山王ステューディオ 主宰
「ダンスダイナミクス」創始者
WDSF、WDSF PD、JPBDA公認審査員

樋口 昌子 先生： ステップダンスプラス所属
リンパ療法士 足学「ポトロジー」

長尾 知香 先生： フィジオ・スタジオ axis 主宰
理学療法士

菅野 直子 先生： 元 JDSF ラテンチャンピオン、日本代表選手
バレエや海外ダンスキャンプの経験を生かしたエクササイズ

申し込み問い合わせ ファミリアダンススポーツクラブ
国立市東1-6-28 志田ビル4階
Tel: 042-580-6272 Fax: 042-580-6273

「つばさ」URL : <http://www.d-sport.net/>

「ファミリア」: <http://www.dance-familiar.com/>