

上達が早い!

② ダンススタジオヒフコの

アルゼンチンタンゴ <今なら半額> 個人レッスン

<初心者の個人レッスン>

1: ダンスがまったく初めての入門初歩、基礎レッスン。
 タンゴのリズムに慣れていただくために前進、後退の歩くステップ(caminando)から始めます。そしてタンゴを踊る本格的なアルゼンチンスタイルの組み方(abrazo)、かかとを浮かしての前傾姿勢の立ち方、体重移動、片足バランスで回転するピボット、女性の美しい下がり方、など大切な基礎を最初にしっかり身に付けます。

2: 音楽を感じて、感情を表現する踊り方。

正しい足運び、リズムの乗り方とメロディーの感情表現の踊り方、優雅な動きとメリハリのあるタッチ、基本ステップとその応用、

3: タンゴに遊び心を。

通常の踊りの中に遊び心を表すアドルノステップ、踊りに余裕を感じ、タンゴが楽しくなります。

4: 今大人気の新タンゴ NUEVO。

ボルカーダ、コルガーダ、ソルターダの3大基本ヌエボから、ミロンガで気軽に踊れるやさしいヌエボステップなど、いつもとは一味違った踊りが楽しめるようになります。

以上、基礎・基本から始まって、応用、新タンゴまで重要なスキルのほとんどを習得できます。

- 日時: ① 毎週 金曜日、13:00~21:00 の中で、50分レッスン。
 ② 毎週 土・日・火曜日、16:00~21:00 の中で、50分レッスン。
 (自由に日時をご設定ください)

- レッスンフィー <半額格安> ¥5,500 (通常は11,000円です)
 初回教材費2千円(レッスンで使用するステップ足型図)

- お問い合わせ・ご予約先: el-tango@chic.ocn.ne.jp TEL. 052-323-7557
- キャンセルは、当日の3時間前までにメールか電話でご連絡ください。052-323-7557



③ ダンススタジオヒフコの

女性専科 <美容と健康のオーチョスリムダイエット>



脂肪体質から、締まったスリム体質に!

タンゴステップを使って、ウエストスリムを目標の効果的、集中的にトレーニングする<女性専科>のクラスです。少人数制個人指導で、あなたに効果的な内容となります。

第1,3金曜日(昼の部) 13:30~14:30

第1,3金曜日(夜の部) 19:30~20:30

(少し前にお越しになって、必要なら着替えてください)

- 服装自由。ダンスシューズ または 底が滑りやすい運動靴に履き替え。
 汗拭きタオル、飲料水持参。 ● 受講料: 1回 2,500円
 キャンセルは、当日の3時間前までにメールか電話でご連絡ください。052-323-7557