

楽しくなわとびを学んで、色々な技を跳べるようにしよう!

今回のワークショップはなわとび!!リズムを取って跳ぶことはダンスの練習にもつながります。また、冬に向けて学校でもなわとびを行うようになると思います。この機会になわとびの技のコツや楽しみ方を学びましょう!

ビギナークラスでは、「前とび」や「あやとび」など、基本的な技の習得を目指します。

チャレンジクラスでは、「2重とび」などの発展的な技や学校では習わないような技・跳び方にも挑戦します。また、音楽に合わせての跳び方も学習します。自分のレベルに合わせて受講してみてください。

どちらのクラスも全日本大会・世界大会で上位入賞実績のある専門家が、楽しく丁寧に指導します。

～講師プロフィール～

黒野 寛馬

アクティブつくば「まっちゃんのなわとび教室」講師
2012年世界ロープスキッピング選手権大会 ペアフリー銀メダル
筑波大学人間総合科学研究科体育学専攻博士前期課程1年
筑波大学で運動生理学の研究も行いながら、つくばを中心になわとびの競技と指導に力を入れている。



★日時：9/29 (日) [ビギナークラス] 9:15 ~ 10:45

[チャレンジクラス] 11:15 ~ 12:45

★場所：つくば市桜総合体育館 卓球場 (つくば市金田 1608 番地 [つくば市桜庁舎隣接])

★対象：小学校1～6年生

★定員：各クラス15名程度

★参加費：500円 ※当日、受付にてお支払いください

★持ち物：室内履き・タオル・飲み物・なわとび (学校などで使っている普通になわとびでOK)

●申込み方法：

必要事項を記入の上、E-mailにて info@das-dance.com までお申込みください。

申込み受付期間は 9/16(月・祝)10:00 ~ 9/27(金)18:00 です。

※定員になり次第締切とします

[件名] なわとび WS 申込み

[必要事項] ①氏名 (フリガナ)・②学年・③連絡先電話番号・④受講希望クラス

※申込みメール送信後、3日たっても返信がない場合は、お手数ですがDASまでお電話ください

お問い合わせ NPO 法人 Dance Association Seeds (WS 担当：西村)

TEL/FAX 029-859-3313 E-mail info@das-dance.com

URL <http://das-dance.com>