



JSRML レター

NO.40

2023.2.28

～ごあいさつ～

2月定例会は、リーダーズセミナーのダンスムーヴメントレビューに向け、3作品を躍り込みました。いつもより長い時間にもかかわらず皆様の熱意であつという間の時間でした。39名の方が対面で、1名がZoomで参加くださいました。LINEのグループに全作品の動画があります。LSまでに参考としてください。充実した2日間を過ごし、令和4年度のまとめとしましょう。 飯田 路佳

第32回リーダーズセミナー



○日 時：3月4日（土）受付10：00～

3月5日（日）受付9：30～

○場 所：十文字学園女子大学 記念ホール・9417 教室

○テーマ：ダンス・仲間・健幸華齢（サクセスフルエイジング）

○内 容：講演、講義、ボディメンテナンス、ダンスムーヴメント、ダンスムーヴメントレビュー

		10:00	10:30	10:40	12:00	13:00	14:20	14:40	16:00
3月4日 (土)	受付	開講式	講義 担当：林家きなこ	昼食	実技① 担当：佐藤 廣子	実技② 担当：飯田 路佳	解散		
			9417 教室		ダンスムーヴメント メインアリーナ	ダンスムーヴメント メインアリーナ			

		9:30	10:00	11:20	11:40	13:00	13:40	15:00	15:20	16:40
3月5日 (日)	受付	講演 担当：好本 恵	実技③ 担当：笠井里津子	昼食	実技④ ダンスムーヴメント レビュー	実技⑤ 担当：小野 浩子	閉講式	解散		
		9417 教室	ダンスムーヴメント メインアリーナ		メインアリーナ	ボディメンテナンス メインアリーナ				

- ※ 送付された受講票ハガキをご持参ください。
- ※ 受講票のQRコードから、当日の健康チェックの入力をお願いします。
- ※ 受付は記念ホールのサブアリーナです。サブアリーナで受付を済ませ、荷物を置き、9417 教室にお進みください。
- ※ 実技⑤では、大きめのスポーツタオルをご用意下さい。
- ※ 昼食はそれぞれで持参ください。昼食の場所はサブアリーナとメインアリーナのギャラリーです。
- ※ チャコットさんの出店は4日のみ、場所はサブアリーナです。
- ※ 外部の方の講演・講義の受講も可能です。希望される方があれば、講演・講義の時間に合わせ、十文字学園女子大学に来校いただき、正門警備室に来校の目的を告げ、9417 教室に向かい、9417 教室入り口で受付の手続きを済ませ、9417 教室に入室するようお伝え下さい。席の指定はありません。受講料は、講演・講義それぞれ500円です。

2月定例会

1 会場の準備が進みます。



2 高橋先生のご指導でアップ



【感想】久しぶりの真琴先生のストレッチに心弾みました。先生の腹筋や柔軟性に感動！

【感想】真琴先生の準備運動に驚き。ストレッチをやらなければ～

3 7月作品 「麗しのミュゼット」(田中 安理) ZOOM開催だったため時間をかけて復習しました。



Aから順に確認します



動きを細かく確認します

【感想】優雅な振り付けで異国情緒漂う素敵な作品でした。もっと勉強したくなるジャンルです。

【感想】1時間かけて丁寧に指導していただき、曲の心地よさに浸りながら、ダンスできました。



2群に別れる部分の練習



通して踊って仕上げます

【感想】曲も振り付もとても素敵です。想いを馳せて気持ち良く動けた気がします。

4 6月作品 「TANGOの調べにのって」(高橋 真琴) 高橋先生のアドバイスで動きが洗練されます。



動きながら確認します



田中先生の動きでも確認

【感想】タンゴをきちんと習うのは初めてでリズム取りなど上手くできませんでしたが、これからも挑戦していきたいです。



最後まで動きの確認終了



通して踊ってみました

【感想】難しい作品ですが、踊り甲斐があり、楽しんで挑戦させていただいています。

【感想】対面で受けると、細かいところが、よくわかりました。

5 11月作品 「僕が君の耳になる」(多田 五月) 多田先生の歌に合わせて動きを丁寧に復習しました。



手話を確認しながら進めます



2人組となる部分を踊ります

【感想】説明がわかり易かったです。曲、歌詞共に良いのでお教室では是非やりたいです。

【感想】手話を通しての、心を入れた動き、感動します。思いやり心配り、優しさ等等。あとあじすっきりの感じです。



通して踊ってみました



きまりました

【感想】手話の入った五月先生のダンスは動きの意味を深く感じながら踊れます。心が込められるよう何度も練習したいです。

6 会員の活動・作品の共有 初めての試みです。斉藤先生、木村先生の活動を拝見しました。

斉藤 心み江先生(板橋区立徳丸ふれあい館動画配信)
さわやか健康体操「肩こり予防の体操」

木村 みや子先生
作品 「イサドラ・ダンカン風ブラームスのワルツ」



【飯田先生より】斉藤先生、木村先生、ありがとうございました。これまで、このような形で、会員の皆様の実践を報告いただくことはありませんでした。今回、JSRML が更に良い方向へ進む良いきっかけになるのではとこのような発表の機会を設けました。会員の皆様にもこのような機会をぜひ利用していただき、お互に見合うことで、それが良い刺激となり、JSRML の活性化につなげていただけたらと考えています。