

スターライトダンスパーティ'06



ヨコミチダンスプラザ会員の皆様お元気ですか。秋風の心地よい季節になりました。今年も恒例の「スターライトダンスパーティ」が7月16日(日)、新横浜プリンスホテルにて開催されました。今回より、女性教師と生徒の皆さんによる「ミニ・デモンストレーション」が新たに加わりました。女性教師と、半曲(1分30秒以内)のデモンストレーションを踊るといのもので、今回は初の試みながら20組もの多数のご出演があり、パーティを盛り上げていただきました。

そして「アマチュア演技発表」には、35組ものご出演があり、それぞれが練習の成果を見事に発表され、パーティに華をそえてくださいました。

パーティは当教室スタッフ達による「プロフェッショナル・デモンストレーション」へと続き、最後は、今、世界で最も人気のあるカップル、マイケル・マリトスキー&ジョアンナ・ルーニス組のラテンアメリカンダンスのデモンストレーションがあり、そのキレのある踊りで、パーティの最後を華々しくしめくくってくれました。

さてご案内になりますが、来る12月10日(日)、新横浜プリンスホテルにて「ヨコミチダンスプラザ・クリスマスダンスパーティ」が開催されます。今回も紅白戦、女性教師とのミニデモ、アマチュア演技発表、プロデモ、スペシャルゲストデモと充実の内容となる予定です。紅白戦、ミニデモ、アマデモいずれも出演者大募集中です!!この機会に日頃の練習の成果を是非ご披露ください。又、当日の出席のみご希望の皆さんも、ぜひ足をお運びください。楽しい年忘れの一時を一緒に過ごしましょう。

何か不明な点がございましたら、当教室までお気軽にお問い合わせください。

新講座のご案内♪

8月より新たに2つのグループレッスンをスタートしました。

・毎週火曜日 午後4時〜4時50分

「**社交ダンス初心者**」担当 **堀の内 和博**

堀ノ内は10万人に1人という難病にかかり、休職しておりましたが、この度担当医も驚く程の奇跡的な復活を遂げました。初めての方に親切丁寧に指導いたします。

・毎週火曜日 午後9時〜9時50分

「**ヒップホップ**」担当 **益井 悠紀子**

先日テレビ東京の「ブルーム」というダンス番組のヒップホップ部門「オメント」において、見事優勝、男女混合部門でも2位に入賞し、高い評価を得たYUKIKOこと益井悠紀子が「Y」仕込みのヒップホップを教えます。

耳寄り情報

入会金無料キャンペーン
十月一日から十月三十一日までの期間
入会金六千円を100%OFF!!
この機会にお友達をご紹介ください

★スターリード メンズも好評発売中

★エンビ服 イージーオーダー

上下 136, 500円

★ストライプアジャスターパンツ

黒・紫 16,000円

※会員の方は10%引きになります。

☆スタッフ紹介☆



長内 智子:プロとして歩き出したばかりです。応援よろしくお願いたします。



者募集中です。ぜひお待ちしております。



鈴木 琴美:金曜日に初心者向けのグループレッスンをひらいてます。まだまだ参加者募集中です。ぜひお待ちしております。

益井 悠紀子:現在大学生。サルサ、ヒップホップ、ジャズ等多ジャンルで活動しています。まだ未熟者ですが、よろしくお願いたします。

競技会日程

※ カッコは 出場スタッフ名

J B D F (西村&佐藤組)

・ 10月22日:プロフェッショナル

ダンス(S) (グランキューブ大坂)

・ 10月29日: B級スタンダード

(後楽園ホール)

J D C (永野、佐東)

・ 9月24日: ジャパンオープン

(新高輪プリンスホテル)

J C F (松岡)

・ 9月24日: B級ラテン (エビス303)

・ 10月8日: B・C級スタンダード

(エビス303)

祝!!

プラザ通信編集長でもおなじみの、**松岡 明示&尾崎 玲組**が4月23日に、カッポルを組んで初めての競技会(JCF)に出場した。結果はなんと:
・ C級モダン 3位・ D級モダン 3位
・ C級ラテン 6位という入賞の嵐!

8月27日の後期C級モダンも3位入賞をはたし年度末には、モダンB級への昇級が決定している。



健康百科

秋も深まり過ぎやすくなってきましたね。皆様は1日何時間睡眠をとっていますか?

統計によると1日7時間睡眠をとるのが健康には良くて睡眠時間死亡率は1位が1日10時間以上、2位が4時間以下だそうです。

今回は1晩で疲れが取れる睡眠方法を紹介します

① 食事はビタミンB群(ウナギ、豚肉、バナナ、にんにく、ゴマ)とカルシウム(牛乳)をとる。

② こめかみを息を吐きながら中指が親指で十回押す。

③ ベッドに入って人の顔(特に嫌いな人)を思い浮かべる。*何故か脳が良く休めるそうです。

ぜひ、お試しください。(佳奈)

編集後記

人間の脳幹(脳の前頭葉)と前頭葉を結ぶ唯一の神経がA10神経と呼ばれる神経だとか。この神経は幸福感や喜びを感じると生き生きと働きたい。楽しくダンスを踊ることは非常に頭にもよいことというわけ。(松岡)