

YOKOMICHI DANCE PLAZA 通信

Vol.49

日毎に寒気加わる時節となりました。

季節の移り変わりがゆっくりしているせいか10月中旬まで半袖の人をちらほら見かけてました。

強い身体をお持ちでも身体を冷やすとすぐに体調を崩してしまいますので、この冬もダンスで身体を温めていきましょう。

YDPパーティーありがとうございました

10月10日(月曜日)に、YDPパーティーがYDPにて開催されました。皆様のおかげをもちまして、盛況のうちに執り行うことができましたことを心よりお礼申し上げます。ご出演・ご臨席頂いた皆様、誠にありがとうございました。今後とも宜しくお願い致します。

★ミニデモにご出演頂いた皆様★



★1部★

★チャレンジカップにご出演頂いた皆様★



★2部★



横道明宏先生のダンスコラム

ダンスは楽しいのか？



皆様は何故ダンスを始めたのでしょうか。「映画のダンスシーンに憧れて」「宝塚のダンスシーンに憧れて」「華やかなドレスを着て踊ってみたくて」「ご主人、奥様に誘われて」「友人に誘われて」「体に良い運動と思って」「老化抑制、認知症予防等、病気予防のため」「カッコいい踊りに憧れて」「趣味の友達を探して」「ストレス解消になると思って」まだまだあると思います。

ダンスを始めた頃の楽しさを今も感じていますか。レッスンで言われた技術的なことをやろうとするあまり、ダンス技術を習得することが目的になっていませんか。頭であれこれ考えて踊るのではなく、音楽に体を任せて動いてみては如何でしょうか。又、ダンスを始めた頃の楽しさが蘇ってきますよ。

小学生、中学生もダンスを踊っています。彼らへの指導ではあまり難しいダンス技術の話はしません。簡単な動きの説明→教師が手本を示す→生徒にやってもらう→褒める→褒められて嬉しくなり更に練習する→いつの間にか上達している

ざっとこんな流れです。たまに技術的な修正はしますが最小限度にとどめます。「音楽に合わせて体を動かす楽しさ」が結果として技術習得となっています。「何故ダンスを始めたのでしょうか」この問いに対する答えは、いろいろな理由がありますが、共通していることは、「ダンスは楽しいから」です。「楽しくなければダンスじゃない」、細かいことに悩まず、まずはダンスを楽しみましょう。

楽しいから「ダンスパーティーで踊ってみる」、楽しいから「ダンス競技会で踊ってみる」、楽しいから「ダンス仲間が出来る」、楽しいから「ダンス旅行に参加してみる」、楽しいから「ダンス仲間とお食事会に顔を出してみる」、楽しいから「ダンスを友人に勧めてみる」楽しいから、...

ぜひダンスを始めた原点に戻って考えてみて下さい。

「ダンスは楽しいのか？」

あなたが主役☆☆☆パーティー情報

YDP Christmas Dance Party 2016

日付：12月18日(日)

場所：ベストウェスタンレンブラントホテル東京町田
(JR 横浜線町田駅下車)

時間：13時～

ご出演者大募集中♪今からでも間に合います！

★紅白戦はトライアル形式の複数カップルで踊るので、気軽に日頃の成果を試せます。

★ミニデモは1分30秒の短いデモンストレーション。女性教師をお相手にご出演下さい。アマチュアカップル・デュエット・グループでの出演も大歓迎です。

★デモは1曲まるまる好きな先生や素敵なパートナーと思う存分、夢の世界を演出して下さい。ソロ・カップル・デュエット・グループ・その他ショーでの参加等も歓迎！

デモや紅白戦に出演しなくても楽しもう♪

★若手アマチュア競技選手の男女がダンスタイムで皆さんのお相手を致します。

★ホテルのフルコースディナーがお楽しみ頂けます。(フリードリンク付き)

★生徒様の素晴らしい感動の演技発表・YDPのスタッフのディナーショーを堪能出来ます。

お問合せ・お申し込みは

YDP

042-765-5044 まで

ご意見・ご要望また、お便りが不用の方は、お手数ですが下記まで、お知らせください。

〒252-0303 相模原市南区相模大野 3-18-10 アリスビル 4階 ヨコミチダンスプラザ (TEL 042-765-5044)

ホームページ yokomichi-dance.com E-mail yokomichi-dance@mvh.biglobe.ne.jp

先生たちに聞きました★

今年も残すところあとわずかですが、
今年やり残している事は何ですか？

- 横道：Todo List に書き込んで優先順位を付けていますから、やらなければならないことでやり残したことはありません。
- 佳奈：毎年、年間10回以上、温泉に行きましたが、今年は全然行けなかった！年末には1年分、温泉に浸かって来年の抱負を考えます。
- 西村：まだ、何をやり残しているのか気づいていない！
- 松岡：あ、宝くじ当たってないかも…買ってないけど（笑）
- 横田：12月にいくつかあるイベントの準備をすすめること！
12月18日のクリスマスパーティー皆さんお待ちしております♪
- 増尾：夏かな…
- 横山：田舎に帰る事…
- 長内：ダンス留学することです。
- 奥村：減量
- 中村：部屋の掃除
- 岡本：10年かけて行ってきた肉体改造！二の腕のダイエットが難しく苦戦しています。
それ以外は計画通り順調です（^v^）
- 田中：小顔矯正（コルギ）に行くこと
- 内田：海に行けなかった（>_<）
- 小國：まだヴェネチアが踊れないから今月中にどうにかします…
- 邵：親知らず抜くこと…
- 麗伽：亀子ちゃんの冬眠です



スターリードからのお知らせ

大人気！ノーソーイングニット販売中！

縫い目のない、着心地抜群のダンス用トップス
ノーソーイングニットを、チャコット・ヌーブラジャパン
2社製のものを取り扱っております。
お取り寄せも可能ですので、是非お試しください♪



今月の特集 ダンスイベント・雑誌でよく

見かけるけど、ステッピーって何者？

2014年、社交ダンス界に突如現れた燕の妖精。

社交ダンスのゆるキャラとして様々なダンスイベントで踊り、
タカラトミーから発売された「ステッピー」というおもちゃのイベントにも参加している。
社交ダンスを踊る際の正装、燕尾服を着ている「ダンス好きのツバメ」だが、ふくよかな
体型のせいかペンギンとよく間違われる。



【公式プロフィール】

- ・名前 ステッピー (STEPPY)
- ・属性 社交ダンスマスコットキャラクター
- ・性別 男の子
- ・身長 天候により伸び縮みします。
- ・住処 日本武道館の軒下
- ・性格 元気いっぱい、アクティブな男子。
- ・武道館で燕尾服を着て踊ってる人間を見ているうちに自分も踊りたくなった。
- ・ダンスと女性には純粋。目指せ英国紳士
- ・特技 10ダンスが踊れるよ



今月の特集

ヘッドドレス特集

最近では、ヘアアクセサリーによってお顔周りをより華やかに'ドレスアップ'するヘッドドレスが流行っています。皆様もお手持ちのレッスンウェア、ドレスやシンプルなお召し物にプラスアルファしてみませんか？

☆スワロフスキーストーンを使用したヘッドドレス☆



服装を選ばず、煌びやかにフロアの上で輝きます☆

☆フェザー素材を使用したヘッドドレス☆



シンプルな服装、ヘアスタイルも一気にボニーミーかつゴージャスに！

☆チェーン素材を使用したヘッドドレス☆



控え目で素材自体も軽いので、普段使いにも最適です♪

スターリードでのお取り寄せ、又はオーダーも取り扱っておりますのでお気軽にお問い合わせ下さい★



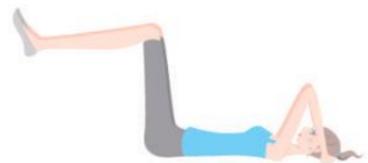
佳奈先生の健康百科

簡単・体幹トレーニング！

皆さん食欲の秋！ですね～美味しい季節の旬を目にする秋ですが、ポッコリお腹防止対策にお家でも出来る簡単な腹筋トレーニングをご紹介します。

腹筋トレーニング① - クランチ

お尻から太ももは天井を向くようにし、
膝の関節は90度を保つ。



膝に頭をつけるように
上半身を丸め
息を吐き出す。
頑張って5秒キープ！

毎日少しずつでも行う事が大切です！ 私もテレビを見ながら頑張ります～

2017年パーティー情報

スターダスト新年ダンスパーティー

日時：1月4日（水）

12時30分～17時

場所：相模原市学習センター4階

前売り：¥2,500 当日：¥3,000

YDP新年パーティー

日時：1月5日（木）14時～16時

場所：YDP（ヨコミチダンスプラザ）

前売り：¥2,000 当日：¥2,500

YDP Line アカウント

YDPの情報をいち早く会員様にお届けする公式アカウントが出来ました！

右のQRコードを、Lineの友だち追加→QRコードから読み取りしていただくと追加されます！



編集後記

この間一月号を発行したと思ったら、もう今年最後のプラザ通信になってしまいました。

働き始めると、こんなにも一年過ぎ去るのが早くなるとは思っていませんでした。 小國

