

FFダンススタジオ

070-6456-3491 (藤井携帯)

前橋市千代田町 3-4-10



生まれて初めて踊る人。運動不足を楽しく解消したい人。ダンスが上手になりたい人。プロを目指して頑張りたい人...。みんな大歓迎！！

3月に新オープンした「FFダンススタジオ」のクラスは5つ。

『初心者向けバレエストレッチクラス』は大人対象。基本となるストレッチから音に合わせて楽しく動くプログラムです。身体の内側の筋肉を鍛え、老化を防止する要素があるので、心地よくスレンダーボディを手にいれたい初心者向けの

内容になっています。

『モダンバレエクラス』は3歳～大人対象。初心者クラスから少しレベルを上げ、しなやかに美しいラインの筋肉造りとともに、ターンやジャンプ等の技術も習得できます。

『ジャズダンス』は小学生～大人対象。しなやかなライン造りはもちろん、リズムに乗って踊ることが最大のコンセプト。ジャズやポップスなど幅広いジャンルの音楽で楽しく身体造りができます。「踊りは身体のためにも心のためにも一生続けられるもの」とおっしゃる藤井映里先生。先日も商店街活性化のためのダンスパフォーマンスを企画された情熱的な方。これからも色々な企画を通して踊る楽しさ、すばらしさを一緒に共有したいとのことでした。



