

●総会

新星体操研究会も6年目に入りました。

今年度最初の活動ですが、体調不良で欠席の会員がチラホラ。。

明日が春季講習会なので、明日も欠席となり人手は足りなくなりますが、無理をすると悪化しますし、受講者の方にご迷惑をおかけしては大変です。今までの経験を生かしてスムーズに運営できるよう気を引き締めて進めたいと思います。



●外部発表①友好会の集いに向けて（A:トウリーネ先生のデンマーク体操）

今まで何度も練習してきた動きですが、今年度は外部発表の作品として仕上げることになりました。

体をひねりながら腕を振って、大きな歩幅で進む動きを、ステップ練習で分解しながら少しずつ動いていきます。大きな歩幅で進むとすると重心がぶれやすいのですが、ぶれないよう、腰が反らないように体幹を意識して動きます。



●外部発表②おおさか体操祭に向けて（会員作品）

昨年度、友好会の集いで発表した作品を、今年度はおおさか体操祭で発表することになりました。

久しぶりに動いたので、動きを思い出しながら何度か動きました。まだまだ動きにばらつきがあるので、これから細かい部分を修正・統一して、昨年より見ごたえのある作品に仕上げていきましょう！

