

●春季講習会に向けて

先月と今月のジムヴェナーの時間を使い、2024年度春季講習会の動きの最終チェックをしています。

会員が多数で動いてみることで、移動時間は本当に足りるのか、動きがスムーズにつながるかなど、これまでもしっかり考えていたはずなのに、やっぱり再考する内容が出てくるので、この時間は必須です。受講者の皆さんに分かりやすくお伝えできるよう、もうひと踏ん張り頑張ります！

ホームページでは春季講習会の詳細についてお知らせし、受付も開始しております！

たくさんのご参加をおまちしています。

（中学年） 布をつけたうちわを手具に、身体で炎や波を表現する作品です。



（低～中学年） 小さめのポンポンを使って、コミカルでリズムカルな動きを取り入れた作品です。



●クールダウン

曲にのって動きます。出会った二人組でじゃんけんをして、手をつないだりじゃんけんをしたりします。しっかり動いた体にトントントンとマッサージです。

今日も一日がんばった体に「お疲れ様です。」

