

●総会

新星体操研究会が創立して4年目を迎えました。毎年4月に総会を行って、前年度の活動や収支の報告・今年度の計画案等を会員の皆さんと共有しています。

この研究会が始まった当初は、コロナ禍であり活動に制限されることがありました。しかし、昨年度から少しずつ制限がなくなり、人と人とが繋がる動きもできるようになりました。今年度も会員一同協力し、活動をしていきます。また、春季講習会の最終確認も行い、「みんなの力を結集していい講習会にしましょう」と活気に満ちた総会になりました。

ホームページでは春季講習会(4月13日、27日)の詳細についてお知らせし、受付も開始しております！
参加お待ちしております！ ※13日の講習会は終了しました。



●デンマーク・オレロップ体育アカデミーで習った動きの復習

秋の外部発表への参加を目指して、一昨年度に動いた作品をみんなで久しぶりに確認しました。

まずは、パートパートで繰り返し動きを練習しました。その後、曲に乗って体全体を使って動きました。呼吸に合わせた身体の伸転・脱力が難しく、なかなかうまくいきません…。しかし、曲の流れと身体の使い方がうまくいくと、本当に気持ちよく動けるんです。各々が身体の使い方を意識し、じんわりと汗をかきながら練習しました。来月も動きを忘れないように頑張ります！



●今年度最初の集合写真

人生の大イベントを無事終えた仲間が、赤ちゃんと一緒に久しぶりに参加してくれました！

カメラ目線になったところをパチリ★赤ちゃんパワーでみんな一気に盛り上がります！

また一緒に参加してね♪



次回の例会(ジムヴェナー)は5月19日(日)10時～12時 サンスクエア堺3階多目的ホールにて行います。