

●秋の外部発表に向けて(チーム作品)

秋の外部発表への参加を目指して練習をしました。基本の動きをしっかりと確認し、曲に乗って身体が自然に動くようにみんなでがんばっています。手の向きなど、まだ細かい部分がそろっていないので、丁寧に確認しながら繰り返し動きました。



●秋の外部発表に向けて(デンマーク・オレロップ体育アカデミーで習った動き)

2022年度の外部発表で動いた内容を、今年度は少しアレンジして別の外部発表で使用することになりました。

基本の動きは時々練習していたのですが、隊形移動をするのは久しぶりです。少しずつ思い出しながら、また、アレンジした内容でうまく移動できるかみんなの意見も出し合いながら確認していきました。

アレンジ部分を完成させて、前回よりも動ける自分に磨いていきましょう！



8月5日、6日は、夏季講習会です。守口市民体育館で行います。たくさんのご参加をお待ちしております！

次回の例会(ジムヴェナー)：8月18日(日) AM 10～12時 サンスクエア堺多目的ホール