

藤原バレエスクールだより

21

新年度が始まりひと月！
変化に富んだ日々慣れてきましたか？
新社会人、新一年生のみなさん頑張つてね！



新年度となり、ひと月あまり過ぎました。今春、新社会人となられたかた、入園・入学・進級をされたかた、おめでとうございます。新しい春をどのように迎えられるか？新しい生活の戸惑いもあるかと思いが、意欲的にいろいろなことにはチャレンジしてほしいです。

今年四月から気温が二十度の夏日になったり、肌寒い日があったり、と気温の変化が激しくて、体調管理が大変でしたね。睡眠を十分取り、よく食べ、バレエで心身を鍛え、健康第一で過ごしましょう。

例年より、花粉の飛散も多く、今午から花粉症デビューされたかたも多いのではないのでしょうか？

私は花粉症歴四十年で、まだ花粉症という言葉もない時から悩まされていまして、そのつらさは誰よりも理解できます。幼稚園、小学校低学年から発症と聞くと、投薬に頼らない良い対処法が見つからないものかと思えます。

さて、今回の勉強会は八月開催です。サマーコンサートになりますね。今回で第三回を迎え、発表まで二か月余りとなりました。藤原バレエスクール単独の舞台ではありません。ほかの団体の先生や生徒さん、関係者のかたも数多くいらっしゃいます。挨拶や礼儀を欠くことのないようお願いいたします。もちろん、藤原バレエ関係者に対する感謝の気持ちを忘れずに、明るく挨拶してください。何より、当日は練習の成果が十分発揮され、笑顔の発表となるよう願っています。

後援会の皆様には、並々ならぬご支援を賜ることにありますが、何卒よろしくお願い申し上げます。

藤原 康子



武里カルチャーレッスン風景

小宅 郁江

八月の舞台に向け練習中の武里カルチャー生徒さん達をご紹介します！
生徒さん達も誰かがおしやべりしている賑やかなクラスです。普段のレッスンや発表会について子供たちにインタビューしてみました。



レッスンの楽しさが伝わってきますね♪

バレエのレッスンは好きですか？

発表会が好きです！
練習が大好きです！
発表会の練習している時が楽しいです！
好きな音楽に合わせて踊るところが好きです！
新しい振り子を踊るとき

バレエの発表会の感想を教えてください

緊張したけど楽しかったです！
できたのでよかったです！
ドキドキしたけど頑張った！

バレエで苦手なことは？

柔軟体操
背伸びして（ルルベ）パッセして
ピラエッスです、もっと上手にな
りたいです、覚えられない
早い踊りが覚えられない

シューズを履いた感想は？

足が痛かったです、お姉さんたちと踊りかけたかったです、お姉さんたちと踊りかけたかったです



ただいま大人の色香を探求中です

子供たちのレッスンは終わると、六時半からは大人の趣味クラスのレッスンです。

せんげん台教室と武里カルチャーの趣味クラスで、合同作品をただいま木番は、おとなの魅力を十分に披露いたします！



お知らせ

★ 30年6月2日, 30日 (土)
合同リハーサル
場所…せんげん台教室

2時～3時半
●ハイドンのメヌエット
●舞踏会の美女

3時～5時
●芦笛
●美しきロスマリン

4時半
●仮面舞踏会

★ 30年8月25日 (土)
第3回勉強会
場所…春日部市民小ホール 無料

さおり先生の
バレエ講座 Vol.21

新しい学年になって1か月が経ちましたね！
勉強会まであと3か月!!一緒にレッスンに励んでいきましょう。
今回はピルエットを紹介いたします。

☆ピルエットpirouette 意味→回転
両脚で踏みきり、片脚のポアントまたはドゥミポアントに立って回転する動き。たくさん種類はあるが、ピルエットという場合は、動かす脚をパッセにして回る「ピルエット・アン・ドゥオール」を指すことが多い。

●ピルエット・アン・ドゥオール(外回り)
※左脚が軸で右脚がパッセの場合。
①第4ポジションでドゥミプリエをする。
②両脚で床を押して、軸脚をポアントまたはドゥミポアントで、パッセを膝の上側にすると同時にパッセの方向に回る。
③回転を続けて1回転したら、パッセをおしりの後ろにのばして下ろして、軸脚はドゥミプリエする。

●ピルエット・アン・ドゥダン(内回り)
※左脚が軸で右脚がパッセの場合。
①第4ポジションに立って、左脚だけをプリエする。
②左脚をドゥミプリエしたまま、右脚を横に伸ばす。
③左脚で床をしっかり押してポアントまたはドゥミポアントに、右脚を前膝の上側にパッセすると同時に軸足の方に回る。
④回転を続けて1回転したら、パッセを軸脚の前に下ろし、第5ポジションでドゥミプリエする。

★パッセの脚の方向に回るのが「アン・ドゥオール」、軸脚の方向に回るのが「アン・ドゥダン」です。



みんな身体が柔らかい！この努力が、しなやかな心身を作るんですね



ポーズ決まっていますね！
新しいアイドル誕生の予感がします



みんな腕が伸びて、うつくし〜

Let's do our best!



勉強会に向けて
みんなはりきってます♪



水曜趣味クラスもガンバってます。
もはや命がけ…

ソロも団体もそれぞれに幾多の課題があります。焦らず着実にレッスンを重ねるのみですね(^^)v



本校は1977年にせんげん台に創設し、今年で41年目を迎えます。創立当時は稽古場にて合宿もしました。
・お問合せ ☎048-975-6187
〒313-0037 埼玉県越谷市恩間新田402-1



藤原バレエスクールせんげん台教室 (本部)