

【OFAFO】RYU 土曜クラス (2023年8月19日以降)

=タイムテーブル=

- 12:30-13:45 1) 振付クラス【REAL OFAFO pair】
13:50-15:35 2) オープンクラス
13:50-14:40 ①基礎トレーニング
14:45-15:35 ②ペアワーク
15:40-16:30 ③シャイン ※月2回

=内容=

1) 振付クラス【REAL OFAFO pair】12:30-13:45 ※下記2) ①も参加必須

振付レッスンを通じてサルサを学ぶ(=最速で上達したい人におススメ)クラス

<料金> 14,000円[月謝制]

- ペアで参加の場合お月謝割引あり(1,500円引き/1人)
- 下記2) ②③も参加希望の場合

②③いずれかのみ受講 +1,000円/1回

②③両方とも受講 +1,500円/1回

<レベル> 初中級以上

※希望者で【REAL OFAFO pair】としてパフォーマンス出演します(月1~2回)

2) オープンクラス 13:50-15:35(16:30)

サルサのレベルアップを図る上で、学ぶべき内容を全て網羅できるクラス

<料金> 都度払い

下記①~③を1つ受講:1,500円 / 2つ受講:2,500円 / 3つ受講:3,000円

<レベル> 初級以上

① 基礎トレーニング (13:50-14:40)

アイソレーション、ボディームーブメント、スタイリング、スピニングの基礎トレーニング

② ペアワーク (14:45-15:35)

ペアワークにおいて、最低でもトリプルターンを「(女性は)回る、(男性は)回す」方法、そして、1人でも多くの方とより楽しく、かっこよく踊るため、特に気持ちのいい「テンション&間の取り方」をお伝えします。また「上手いと言われる人は何が違うの?」にお答えし、全てソーシャルで即実践可能なテクニックを伝授いたします!

③ シャイン (15:40-16:30) ※月2回 (開講週が変動のため、前月に翌月分を周知いたします。)

綺麗で無駄のないベーシックの踏み方、腕の動かし方を含め、シャインステップの教科書

「シラバス」から50個ほどのステップを紹介します(2分ほどのパフォーマンスができるほどになっちゃいます)。

このクラス参加で、ソーシャルのシャインタイムは、間違いなく困らなく(楽しく)なる!!