



奥濱春彦先生による 3週間のレッスン内容

一回完結クラスー テクニカ系

サパテアード

対象:レベル問わず
(初級者から上級者まで)



奥濱クルシージョでも毎回一番人気のクラス。

膝から下の意識の強化、腰を痛めない筋肉の正しい使い方なども見直し、いろいろな曲種を使いながら基本サパテアードのパターンの組み合わせを習得していきます。奥濱先生が一人一人のレベルをその場で見ながら、その方のレベルに見合った訓練を指導するので初心者の方から上級者の方まで受けていただけます。*毎回内容は変わります。

基礎テクニカ

対象:プレパレーション以上
(初級者・中級者)

毎回曲種を変えながら、簡単かつベーシックな振付を通して、マルカール・ブラソ・ブエルタなどのフラメンコに必要なテクニックを学び、繰り返し練習します。*内容は毎回変わります。

テクニカ

対象:★以上
(中・上級者)

より手数の多い振りを回しながらマルカール、ブラソ、ブエルタなどフラメンコに必要なテクニックを引き上げ、磨いていきます。*内容は毎回変わります。

小物テクニカ

対象:プリンシピアンテ以上
(初級者から上級者まで)



第一週 (2/21火・夜、2/23木・昼) : アバニコ



バネサ担当クラスの「★グアヒーラ」で実際に出てくる振りを用いて、振りをより洗練させるアバニコのテクニックを磨きます。(「グアヒーラ」をとっていなくても受講いただけます)
*アバニコはご持参ください(レンタルはありません)

第二週 (2/28火・夜、3/2木・昼) : マントン

*マントンはご持参ください



第三週 (3/7火・夜、3/9木・昼) : パリージョ

*パリージョは無料レンタルがあります。

ご希望の方は受付までお申し出ください。

土曜クラス (3/4土・3/11土 15:40~) : バタ・デ・コーラ

*バタデコーラは無料レンタルがあります。

ご希望の方は受付までお申し出ください

一回完結クラスー リズム・タブラオ系

「リズム」クラスと「クアドロフラメンコ」は同じ週に同じ曲種を取り上げて学びます。週ごとにフラメンコ必修曲種「アレグリアス」「タンゴス」「ブレリア」を取り上げます。「リズム」で基本を学び、「クアドロフラメンコ」で実践するとより深まります。

<スケジュール>

第一週：アレグリアス

第二週：タンゴス

第三週：ブレリア



リズム強化

対象：レベル問わず
(初級者から上級者まで)

コンパスの基本と苦手意識の強いコントラティエンポ（裏打ち）に対するアプローチの仕方を解説。繰り返し練習します。徹底的にリズムを習得しましょう。



クアドロフラメンコ

対象：プリンシピアンテ以上

ギター：吉川哲夫

フラメンコの基本は全てクアドロフラメンコ（タブラオ）にあります。特に「自分の踊り」だけでなく他の人の踊りをパルマで伴奏できて初めて本当の意味でのフラメンコを楽しめるようになります。毎週曲種を変え、踊りに対する叩き方や注意ポイントを解説しながら何度も繰り返し、フラメンコの「三位一体」を体感し、徹底的に実践で学びます。

同じ週でも参加されるメンバーによって毎回内容は調整します。特に中・上級の方は、ぜひその週の課題曲種を「踊る勇氣」持参でご参加ください！

長嶺先生振付 復習クラス

★タンゴス

★カーニャ

★★セギリージャ

これまでの長嶺先生の振りを3週に分けて復習します。週ごとに内容が変わります。

第一週：復習1

第二週：復習2

第三週：復習3

