

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
12:00							11:10~12:10 ルンバ初級 ☆☆
13:00						12:10~13:10 ルンバ中級 ☆☆☆	12:20~13:20 スタイリング ☆☆
14:00						13:20~14:20 振付 ☆☆☆	13:40~14:40 ペア初中級 ☆☆☆
15:00						14:40~15:40 ペア中級 ☆☆☆☆	14:50~15:50 ルエダ ☆☆
16:00						15:50~16:50 サンテリア ☆☆☆	
17:00							
18:00							
19:00			18:30~19:30 初めてのペア ☆	18:30~19:30 ペア初級 ☆☆	18:30~19:30 サルサのベーシック ステップ ☆		
20:00	19:10~20:10 ムーブメント ☆☆		19:40~20:40 スタイリング ☆	19:40~20:40 バチャータ ☆☆	19:40~20:40 初めてのペア ☆		
21:00	20:20~21:20 ショーテクニック☆☆☆ コロンビア☆☆☆		20:50~21:50 フリーステップ初級 ☆☆	20:50~21:50 フリーステップ中級 ☆☆☆	20:50~21:50 ソン ☆☆		
22:00	21:30~22:30 ペア中級 ☆☆☆☆						

「サルサのベーシックステップ」:ペアのサルサの前に基本のステップをしっかりマスターしましょう。

「コロンビア」:男性が通るルンバで、踊りの中で自身の男らしさを誇示する。男性同士でダンスバトルをする事もある。

「バチャータ」:ドミニカ共和国発祥のペアダンス。ラテンアメリカ全般で踊られている。

「ソン」:サルサの元になるリズムがソン。エレガントに踊るキューバのクラシックなダンス。

「サンテリア」:アフリカルーツのサンテリアという宗教があり、たくさんの神様が存在する。各神様にはそれぞれキャラがあり、それぞれの踊りがある。

元々は宗教儀式で踊られていたが、近年ではキューバの文化の一つとして引き継がれている。

「ルンバ」:社交ダンスのルンバとは全く異なり、アフリカルーツのルンバと言う音楽に合わせて踊るダンス。男女が並んで、もしくは向かい合って踊る。

「ルエダ」:何組かのペアで円形になって、サルサを踊りながらペアチェンジをしていく、サルサが進化したダンス。

☆の数は難易度を表しています。☆の数が多いほどレッスン内容は難しくなります。

レッスンは予約制で、1クラスの人数制限は8名までとします。当日でも構いませんので、必ずご予約を入れてからお越し下さい。

※土曜日のルンバ中級のレッスンに参加される方は女性はスカート、男性はバンダナをご持参下さい。

※水曜日の2、3時間目のレッスンは月に2回cellでのイベントのため、休講になります。