

第8回ゴスペルフラダンス教室

令和3年4月23日（金）開催

前回の第7回（12月）の開催から期間が開いてしまいましたが、感染対策を充分に行い、開催することができました。

久しぶりとなるので、前回までの「パラダイス」、最初の「君は愛されるため生まれた」の2曲を、動きを教わりながらおさらいしました。



その後は、新しい曲「鹿のように」をレッスンしました。初めは先生に通して踊っていただきました。

これまでの曲とは違い、とてもスローテンポな曲調で、手のひらを前に向けたり、手をこぶしの形にしたりと今までとは違う表現もあり新たな体験でした。

レッスンをしていくと、どうしても動きが早くなってしまい、姿勢を保つことや指先の使い方など「ゆっくり」を特に意識しました。ゆっくり動かすことでごまかしがきかないことありますが、ひとつひとつを丁寧に表現すると、みんなの動きが揃ったときとても綺麗に見えます。それを目標に今後も頑張っていきたいですね。



久しぶりに体を動かし、運動不足を地味に実感してしまいましたが、血行も良くなりとても気分がスッキリしました。

お疲れさまでした✧

次回の開催は、5月21日（金）の予定です。