

ダンス技術技術講習会

日時：2025年12月17日（水曜日）15時00分～17時00分

会場：港南スポーツセンター第3体育室

講師：保坂直伸（JCF.A級）

レッスン時間：15時30分～16時30分

Siowfoxtrot

- | | |
|------------------|-----------|
| 1.フェザーステップ | S QQ |
| 2.リバースターン（前半・後半） | S QQ S QQ |
| 3.スリーステップ | S QQ |
| 4.ナチュラルターン（前半） | S QQ |
| 5.オープンインピタスターン | S QQ |
| 6.ナチュラルウィーブ | S QQ QQQQ |
| 7.チェンジオブダイレクション | SS (+S S) |

- | | |
|-----------------|-------------|
| 1.フェザーステップ | S QQ |
| 2.バウンス フォーラウェイ | S QQ (QQQQ) |
| 3.ウィーブエンディング | QQQQ |
| 4.ベニーツクロスターン | QQ & QQ |
| 5.ハイホバー | SS |
| 6.ロンデ | S QQ |
| 7.ウィーブエンディング | QQQQ |
| 8.チェンジオブダイレクション | SS |

次回講習会日時：

会場：港 南

参加料：1000円

JDSF会員：800円

連絡先：080-5374-2511 中本光子