

ダンサーのためのヨガ、ジャイロキネシスは、リズムカルな呼吸に
 合わせ、流れるような曲線的な動きのエクササイズ。背骨を全て
 の方向に動かし、効率的に身体を目覚めさせます。
 感情あふれる宮内真理子のバレエレッスンまで、たっぷり2時間。
 心身を開放し、自由に踊れるダンサーになってほしい…
 そんな願いのこもったジュニアのためのクラスです。

レッスン日 毎月第2日曜日 10:30～12:30

※変更となる場合もあります

対象 バレエ歴3年以上の中学生から

受講料 3,500円

会場 小林恭バレエ団

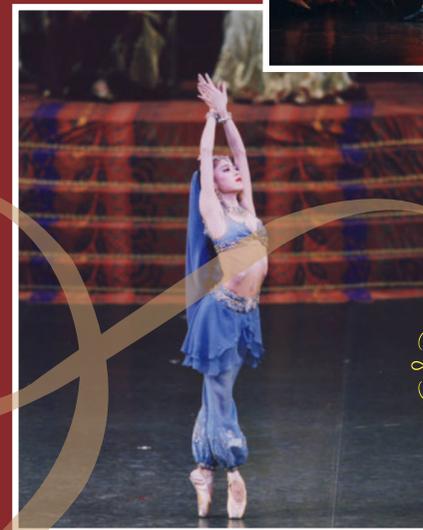
申込方法 メールにてお申込み下さい
info@kobayashi-kyo-ballet.com

宮内真理子による ジュニアのための GYROKINESIS® Class & Ballet Class

ジャイロキネシス&バレエ

◆ 宮内真理子プロフィール

1989年ローザンヌ国際コンクールでプリドローザンヌスカラシップ賞受賞、英国ロイヤル
 バレエスクール留学後バーミンガムロイヤルバレエ団に入団。以降、コロラドバレエ団、
 新国立劇場バレエ団、レニングラードバレエ団他、国内外のバレエ団で主演、客演する。
 1994年ジャクソン国際コンクール銅賞受賞。2000年芸術選奨新人賞受賞。
 2007年GYROTONIC®、GYROKINESIS® 認定トレーナー資格、2009年GYROTONIC®、
 GYROKINESIS® 認定プレトレーナー(トレーナー養成プレコースを指導)資格、2012年
 GYROKINESIS®認定マスタートレーナー資格取得。自身の舞台活動と平行し、ダンサーの
 ボディメンテナンスを含めた豊かな身体表現の指導に力を注いでいる。
 2011年に帰国後はジャイロトニック・ジャイロキネシススタジオ『MMK』を立ち上げ、
 長野と東京に開設。日本各地でクラシックバレエの指導並びにジャイロトニック・ジャイロ
 キネシスの普及活動を本格的に開始。 <http://mmk-art.co.jp/>



小林恭バレエ団 バレエスクール
 東京都北区上十条 5-9-8 電話 03-3906-9434
<http://www.kobayashi-kyo-ballet.com>

