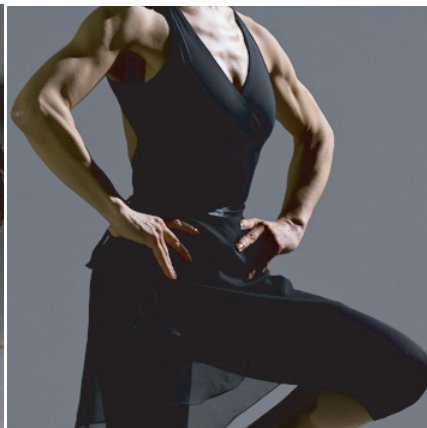


# BWA

Japan Ballet Workout Association

## NEW YORK STYLE BALLET WORKOUT



## NYSBW第2回インストラクターワークショップ開催決定！

「バレエには筋肉や四肢をひきしまった状態に、また柔軟性を与えると同時に、心や身体に働きかける不思議な力がある。」とニューヨーク・シティ・バレエ・ワークアウト(NYCBW)の開発を手がけた、ニューヨーク・シティ・バレエのピター・マーティン氏は述べています。NYCBWはNYCBとNYスポーツクラブの共同開発によるバレエのトレーニングとフィットネストレーニングを組み合わせたトレーニングプログラムです。NYCBWは「安全に」「楽しく」バレエの雰囲気を感じながら筋肉のしなやかさ、正しく美しい姿勢を導き出すことを目的としています。



2012年よりこのNYCBWのプログラム内容を(社)日本バレエ・ワークアウト協会(JBWA)が引き継ぎニューヨーク・スタイル・バレエ・ワークアウト(NYSBW)として更に充実した内容でスタートしました。

今回はNYSBWの名称での第2期生となるインストラクターワークショップとなります。また、このワークショップ年に1回のみ開催となりますので、お早めにお申し込み下さい。

講師：稲垣領子  
NYSBW Master Teacher Trainer  
TV・舞台等でダンサーとして活躍  
NYにてトレーニングを受ける  
JBWA代表理事  
現代舞踊協会会員  
尚美学園大学講師

期 日：2014年3月1日(土)10:30～17:30、2日(日)10:30～17:30 (多少の時間変更の可能性がありますが)

場 所：STUDIO 24 銀座線・半蔵門線「青山一丁目」駅下車徒歩3分

受講料：JBWA会員 ¥80,000(税込)、一般¥90,000(税込) ※ご入会についてはウェブをご覧ください。

定 員：10名 ※書類審査あり 事前にNYSBWのクラスを受講して下さい

(バレエ・ダンス経験者、バレエの基礎知識のあるフィットネスインストラクター経験者を優先します)

※ご入金をもって申込完了とさせていただきます。※申込完了以降は、返金はいたしかねます。

講 師：稲垣領子(Reiko Inagaki) アシスタント：金子栄一(Eiichi Kaneko)

主 催：(社)日本バレエ・ワークアウト協会／STUDIO24

プログラム内容(一例)：

- ・ NYBCWクラス体験
- ・ 振付け実習
- ・ エクササイズ・プログラム組み立て実習
- ・ 基本的なダンスの解剖学

今回のワークショップ後に、別途、実技試験、筆記試験を経て資格取得となります(費用はかかりません)



NEW YORK STYLE BALLET Workout

下記クラスにご参加ください

月曜日 14:00～15:00

金曜日 19:30～20:30

場所：STUDIO 24

参加費：¥2,700 (1回)

※入会金は必要ありません。

上記日時、場所以外でも開催中

### 問い合わせ 申し込み先

一般社団法人日本バレエ・ワークアウト協会

〒107-0062 東京都港区南青山 2-4-14

TEL : 03-3402-1589 FAX : 03-3408-3847

Web : <http://www.japanballetworkout.com>

Mail : [jbwa@abox3.so-net.ne.jp](mailto:jbwa@abox3.so-net.ne.jp)

担当：系数

